



Défi-santé avec les communautés racialisées

EXPÉRIENCES DE FILLES ET DE JEUNES FEMMES AVEC
LE SPORT, L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET UN MODE DE VIE SAIN

RAPPORT ET RECOMMANDATIONS DU GROUPE DE TRAVAIL



Canadian Association for the
Advancement of Women
and Sport and Physical Activity

Association canadienne pour
l'avancement des femmes
du sport et de l'activité physique



Octobre 2012

© 2012 L'Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique

Les lecteurs et lectrices sont autorisés à reproduire certaines parties de cette publication aux fins de référence pour les conférences, séminaires et autres activités liées à la formation, à la mise en commun d'information et au développement de politiques, à condition de mentionner ce document comme source de cette information.

Available in English.

PUBLIÉ PAR :

Association canadienne pour l'avancement des
femmes du sport et de l'activité physique (ACAFS)



Canadian Association for the
Advancement of Women
and Sport and Physical Activity

Association canadienne pour
l'avancement des femmes
du sport et de l'activité physique

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives Canada

George, Tammy

Défi-santé avec les communautés racialisées: expériences de filles et de jeunes
femmes avec le sport, l'activité physique et un mode de vie sain: rapport et
recommandations du groupe de travail / [rédition, Tammy George].

Publ. aussi en anglais sous le titre: Making healthy connections with racialized communities.

Comprend des réf. bibliogr.

ISBN 978-0-9879964-3-5

1. Femmes issues des minorités — Santé et hygiène — Canada. 2. Femmes issues des
minorités — Services aux — Canada. 3. Jeunesse issue des minorités — Santé et hygiène — Canada.
4. Jeunesse issue des minorités — Service à la — Canada. 5. Minorités dans les sports — Canada.
I. Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique II. Titre.

GV709.18.C2G4614 2013

796.0820971

C2012-908593-6

RÉDACTION : Tammy George

TRADUCTION : Services de traduction Matra-gs inc.

CONCEPTION : Julie Cochrane

PHOTOS : Courtoisie de l'ACAFS — Mariann Domonkos Photography

Nous reconnaissons l'appui
du gouvernement de l'Ontario.



POUR OBTENIR DE PLUS AMPLES INFORMATIONS, Veuillez COMMUNIQUER AVEC :

Association canadienne pour l'avancement
des femmes, du sport et de l'activité physique (ACAFS)
N202-801 avenue King Edward
Ottawa (Ontario) K1N 6N5 Canada
Tél: 613.562.5667 Télec: 613.562.5668
Courriel: caaws@caaws.ca Site web: www.caaws.ca

Table des matières

Remerciements ■ 4

I Introduction ■ 5

Race, racisme et racialisation — de quoi s'agit-il au juste ■ 8

II Méthodes ■ 11

III Résultats — Filles et jeunes femmes racialisées ■ 15

IV Résultats — Fournisseurs de services ■ 31

V Recommandations visant à susciter la participation
des filles et des jeunes femmes racialisées ■ 51

ANNEXE A:

Distribution et composition des groupes de discussion ■ 57

ANNEXE B:

Questions à l'intention des filles et jeunes femmes racialisées
des groupes de discussion ■ 58

ANNEXE C:

Questions à l'intention des fournisseurs de services
des groupes de discussion ■ 61

Références ■ 64

Remerciements

L'Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique (ACAFS) remercie chaleureusement tous ceux et celles qui ont contribué à ce projet.

À toutes les jeunes femmes de partout en Ontario qui ont participé au projet en partageant avec nous leurs expériences, leurs idées et leurs émotions, leur culture et nombre de péripéties à travers les dédales du sport, de l'activité physique et d'un mode de vie sain. Merci d'avoir pris le temps nécessaire pour nous transmettre, et partager avec nous, ce que vous vouliez nous dire concernant cet enjeu de taille. Vos réflexions, et la lucidité dont vous faites preuve, sont d'une très grande valeur pour nous permettre de mieux comprendre le phénomène de la racialisation vis-à-vis les jeunes filles et les jeunes femmes, de même que leurs besoins en matière de sport et d'activité physique, et elles permettront d'améliorer les programmes à l'avenir.

Aux fournisseurs de services et travailleurs communautaires qui ont participé à la mise sur pied de groupes de discussion et qui ont partagé leurs expériences en tant que participants et participantes à un groupe de discussion. Merci de nous avoir consacré du temps et d'avoir suscité des discussions et des réflexions parfois difficiles mais toujours judicieuses. Sans votre précieuse collaboration et votre aimable participation, ce projet n'aurait jamais vu le jour.

I Introduction

OBJET ET CONTEXTE

En mouvement! est une initiative nationale qui a pour objectif d'augmenter la participation des jeunes filles et jeunes femmes inactives (âgées de 9 à 18 ans) à des activités sportives et physiques, dirigée par l'Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique (ACAFS). *En mouvement!* vise avant tout à offrir aux filles et aux jeunes femmes beaucoup plus de possibilités de pratiquer un sport ou une activité physique, en insistant sur leurs besoins, leurs intérêts et leurs expériences auprès des gens responsables, et en partageant des moyens prometteurs, des facteurs de réussite, des défis à relever et des solutions pour améliorer les programmes existants ou créer de nouveaux programmes. Depuis 1994, *En mouvement!* s'est investi au niveau organisationnel afin de sensibiliser davantage les intervenants aux obstacles auxquels sont confrontées les jeunes filles et les jeunes femmes qui veulent participer à ce type d'activités, et de leur indiquer les moyens de créer des programmes positifs et des environnements inclusifs à l'intention de ce groupe cible. Le concept d'*En mouvement!* a fait ses preuves : il met l'accent sur le côté ludique et il préconise des programmes pour femmes seulement axés sur la promotion de la santé globale, où les filles et les jeunes femmes peuvent développer leurs habiletés, nouer de nouvelles amitiés et acquérir le bagage nécessaire pour un mode de vie sain et actif à long terme.

Le rapport 2008 de Sport pur, « L'influence du sport », établit la liste des avantages que comporte la pratique du sport et de l'activité physique pour les jeunes filles et jeunes femmes, y compris : des effets protecteurs contre l'ostéoporose, l'anxiété, la dépression, le suicide et la grossesse précoce; le développement de valeurs en faveur de l'éducation; un sentiment de contrôle accru vis-à-vis leurs propres corps; et un sentiment encore plus généralisé d'avoir le contrôle de sa

destinée, de découvrir sa véritable identité et sa vocation, pouvant aider les filles et les femmes à surmonter divers obstacles liés au sexe et à participer plus activement à la vie en société. Le rapport affirme également que le fait d'augmenter le nombre de jeunes filles et jeunes femmes qui participent à un sport ou à une activité physique semble leur ouvrir la voie à la possibilité d'élargir leur cercle de connaissances et de participer de façon plus équitable à la vie sociale.

Malheureusement, chez les enfants et les adolescents au Canada, le taux de participation chez les filles est toujours très inférieur à celui des garçons — seulement 8 p. 100 des filles suivent les recommandations du Guide d'activité physique canadien, comparativement à 16 p. 100 des garçons (2007-2009 CANPLAY). Le taux de participation chez les filles et les femmes de communautés ethniques est encore plus bas, et l'Institut de recherche en santé du Canada (2003) signale que le taux d'obésité au sein des communautés immigrantes au Canada est plus élevé que la moyenne. Selon le rapport de 2005 intitulé « La pratique des sports au Canada » de Sport Canada, les filles et les femmes de groupes minoritaires forment le groupe le plus sous-représenté du système canadien de sport et de loisirs. Dans le document publié en 2006 et intitulé « Modèle inclusif pour des programmes de sport et de loisirs à l'intention des jeunes immigrants et réfugiés », le Conseil ontarien des organismes de service aux immigrants (OCASI) signale que nombre de programmes de sports et d'activités physiques communautaires ne sont pas adaptés aux femmes, et ne tiennent pas compte des inquiétudes exprimées par les parents ni des différences culturelles en ce qui a trait à la participation des jeunes filles et jeunes femmes. L'OCASI recommandait qu'il y ait davantage de programmes mis sur pied spécifiquement pour les jeunes filles.

Ces chiffres correspondent exactement à ce que l'ACAFS reçoit comme information. Les résultats des évaluations et les observations et commentaires recueillis dans le cadre du programme *En mouvement!* indiquent que les filles et les jeunes femmes des communautés ethniques sont mal desservies dans ce contexte, et nombre de spécialistes et de fournisseurs de services font état de lacunes importantes au niveau de l'éducation et de la sensibilisation aux besoins, aux intérêts et aux expériences uniques de ce groupe cible. En 2011, grâce au financement offert par le Fonds pour les communautés en santé du ministère de la Santé et des soins de longue durée de l'Ontario, l'ACAFS a mis sur pied le projet *Défi-santé avec les communautés racialisées* pour combler ces lacunes, en mettant en valeur le potentiel aux niveaux communautaire, régional et provincial, pour que les filles et les jeunes femmes issues de communautés aux prises avec le phénomène de la racialisation puissent avoir davantage de possibilités d'adopter un mode de vie sain. Ce projet a également donné l'occasion à l'ACAFS de réviser et/ou de confirmer la pertinence du concept *En mouvement!* à la lumière des opinions exprimées par les jeunes filles et les jeunes femmes victimes de ce

phénomène, et qui très souvent sont exclues des programmes de sport et d'activité physique et/ou doivent faire face au scepticisme ou au rejet.

Bien que le Canada soit officiellement une société multiculturelle, dans laquelle toutes les cultures sont d'égale valeur, les politiques en place et les moyens mis en œuvre ne correspondent pas toujours à cet idéal. Selon l'Enquête sur la diversité ethnique de Statistique Canada en 2002, 20 p. 100 des gens de plus de 15 ans, appartenant à un groupe victime de la racialisation, ont affirmé avoir été parfois ou souvent victimes de discrimination ou de traitements injustes au cours des cinq années précédentes, en raison de leur origine ethnique, de leur culture, de leur race, de la couleur de la peau, de leur langue, de leur accent ou de leur religion. La notion de multiculturalisme a toutefois ses limites, et elle ne tient pas compte des rapports changeants qui existent quant aux expériences vécues ayant trait à la race et au racisme, elle n'examine pas comment la racialisation et le fait d'être Blanc s'imposent dans le milieu du sport, de l'activité physique et d'un mode de vie sain, et elle ne fait aucunement mention des expériences *vécues* par des membres de communautés victimes du phénomène de racialisation.

À l'heure actuelle, l'ensemble de la documentation sur les enjeux en matière de santé ne compte plus le nombre d'études portant sur les jeunes adultes, et la promotion de la santé, la prévention des maladies, l'attitude et les comportements vis-à-vis la santé et la condition physique d'un point de vue psychologique, et d'enquêtes qui ne font qu'effleurer la situation actuelle en matière de santé. Très peu d'études portent sur les préoccupations des groupes racialisés ou ont analysé la façon dont ces groupes interprètent le message qui leur est livré en matière de santé. De nouvelles recherches sur ce que les jeunes eux-mêmes estiment être les véritables enjeux en matière de santé auxquels ils font face, sur leur interprétation personnelle des notions contemporaines en matière de sport, d'activité physique et de santé, et sur l'impact de ces notions sur leur propre identité, pourront certes combler ces importantes lacunes et alimenter les débats portant sur les orientations à envisager et les programmes de sensibilisation. Bien que beaucoup de programmes et de projets, à l'heure actuelle, fassent référence à des comportements stéréotypés vis-à-vis les communautés racialisées, les témoignages laissent entendre que ces hypothèses ne correspondent pas nécessairement à la réalité, ce qui met nettement en évidence les lacunes actuelles au niveau des programmes et des projets mis en œuvre à l'intention des groupes racialisés (Vertinsky, 1996).

Le présent rapport souhaite remédier à cette situation. L'ACAFS s'intéresse à ce que les jeunes filles et les jeunes femmes pensent du sport, de l'activité physique et de la santé en général, et à la façon dont les fournisseurs de services peuvent mieux répondre à leurs besoins dans une société où la diversité est omniprésente. Quel est l'impact de la culture, de la religion, de la race et/ou de l'origine ethnique des filles et des femmes sur les possibilités qu'elles ont d'avoir un mode de vie sain?

Comment le fait d'avoir de bonnes connaissances sur différentes communautés a-t-il un impact sur la façon dont les fournisseurs de services collaborent avec ces groupes et leur offrent des programmes? Comment faire pour combler le fossé grâce aux connaissances nécessaires pour répondre aux besoins des jeunes filles et jeunes femmes de différentes origines ethniques? Voilà quelques-unes des questions à l'origine de ce projet.

À PROPOS DU RAPPORT

Le rapport *Défi-santé avec les communautés racialisées : Expériences de filles et de jeunes femmes avec le sport, l'activité physique et un mode de vie sain* établit d'abord le contexte dans lequel ce projet a vu le jour. Après une brève introduction sur l'ACAFS, cette section se penche sur la définition fonctionnelle de « race » et de « racialisation », tels qu'ils sont utilisés dans le présent rapport. Les méthodes de collecte de données sont ensuite expliquées à la Section II. Les résultats obtenus auprès des groupes de discussion réunissant des jeunes filles et jeunes femmes ciblées et des fournisseurs de services, outre les entrevues individuelles avec six autres fournisseurs de services, font l'objet d'un examen dans les Sections III et IV. Les résultats ont confirmé le bien-fondé des programmes communautaires axés sur les participantes, et qui répondent aux besoins des jeunes filles et des jeunes femmes, plutôt qu'un modèle omnivalent de prestation de services. De plus, la nécessité de s'engager autrement de façon à repousser les frontières des stéréotypes et du caractère essentiel de l'identité sautait aux yeux chez les jeunes filles et les jeunes femmes victimes de la racialisation, et chez les fournisseurs de services eux-mêmes. Les résultats tiennent également compte des nuances quant à l'identité et au fait que le sport et l'activité physique sont des éléments essentiels permettant aux filles et aux jeunes femmes de s'amuser, de se faire des amies et de profiter de lieux réservés exclusivement aux femmes où elles peuvent vivre de nouvelles expériences dans un environnement sécuritaire et inclusif. Le rapport *Défi-santé avec les communautés racialisées* se termine à la Section V avec des recommandations visant à améliorer la prestation de services communautaires pour cet important groupe cible.

RACE, RACISME ET RACIALISATION — DE QUOI S'AGIT-IL AU JUSTE?

Beaucoup de gens ont de la difficulté à aborder le sujet de la race et du racisme, qu'ils jugent trop délicat et complexe. Les définitions ci-dessous servent à clarifier quelque peu ces termes dans le contexte qui nous intéresse et à alimenter la discussion sur ces enjeux importants.

- Le terme **race** est utilisé ici dans le sens large de concept social et est souvent associé aux caractéristiques phénotypiques et/ou « biologiques » que l'on prête à

un groupe ethnique donné. Selon Hyman (2009, p. 5) « les définitions et les discussions portant sur le racisme considèrent comme admis le concept de race, et donnent clairement l'impression que les étiquettes classiques de 'Blanc', 'Noir', 'Asiatique', etc., sont le reflet de catégories innées et distinctes sur le plan génétique. » Cependant, selon Hyman (2009) et des autres specialists, un ensemble de preuves de plus en plus important, provenant du milieu des sciences sociales et génétiques, a permis depuis de réfuter cette opinion, montrant plutôt que la race, même si cette notion fait référence à des caractères biologiques réels, est néanmoins un concept défini par la société.

■ Le **racisme** est une croyance ou une conviction fondée sur le principe que la race est le facteur déterminant des capacités et des caractères humains, et que les différences raciales confèrent une supériorité inhérente à une race donnée (dictionnaire Merriam-Webster, 2012). La Fondation canadienne des relations raciales (FCRR) « définit le racisme comme étant non seulement un type de comportement mais aussi les actions spécifiques découlant de cette attitude et qui ont un impact réel sur certaines populations, les marginalisent et les oppriment » (Abella, 1984, cité en Hyman, 2009, p. 4). En décrivant les effets du racism, Hyman constate que « le racisme a des répercussions sur les gens non seulement au niveau interpersonnel, mais également dans l'ensemble des structures sociales de la société, plus précisément dans les systèmes d'éducation, de justice, des médias, de la police, d'immigration et d'emploi, et il se manifeste également à travers des activités motivées par la haine et des politiques gouvernementales » (FCRR, 2008, cité en Hyman, 2009, p. 5).

■ On entend par **racialisation** « le processus social selon lequel certains groupes sont désignés comme étant différents et, par conséquent, ne sont pas traités comme les autres » (Galabuzi, 2004 et 2006, cité en Hyman, 2009, p. 5). Selon Galabuzi (2006), la racialisation est le processus en vertu duquel on établit des catégories raciales différentes et soumises à un traitement inégalitaire en fonction de perceptions définies par la société (comme la couleur de la peau, les traits physiques, l'accent, etc.) et qui a des conséquences négatives sur le plan social, économique et politique, de même que sur la santé.

Hyman (2009, p. 5) explique que « le manque d'accès aux perspectives d'avenir, la marginalisation et l'exclusion dont ces groupes sont victimes laissent supposer que leur appartenance raciale joue un rôle prépondérant en ce qui a trait à leurs expériences collectives — c'est-à-dire qu'ils sont 'racialisés' et non plus seulement assimilés à un groupe racial ». Hyman (2009, p. 5) continue à exprimer que « l'expression 'minorités visibles', que la *Loi sur l'équité en matière d'emploi* définit comme étant un individu 'non Blanc', le terme 'groupes racialisés' laisse clairement entendre que la race ne correspond pas à un fait biologique objectif,

mais qu'il s'agit plutôt d'un concept social et culturel qui a le potentiel d'exposer certaines personnes au racisme ».

■ On entend par **groupe racialisé** une collectivité ethnoraciale non dominante qui, par le biais du processus de racialisation, doit composer avec le fait que la race devient le facteur déterminant de son identité et des inégalités qu'elle doit subir (Galabuzi 2006). Même si Statistique Canada utilise les termes « minorités visibles », « minorités ethniques » et « groupes ethnoraciaux », beaucoup d'organismes préfèrent dorénavant l'expression « groupes racialisés », qu'ils estiment être moins statique, les termes employés par Statistique Canada faisant référence selon eux au nombre et à la couleur, tandis que le terme « groupes racialisés » tient compte du processus dynamique et complexe en vertu duquel les groupes dominants établissent des catégories raciales favorisant les inégalités sociales et la marginalisation.

Même si les catégories « minorité visible », « minorité ethnique » et « groupe ethnoracial » peuvent être assimilées à des paramètres stratégiques permettant d'identifier certains groupes de population, le fait de bien comprendre le rôle central de la racialisation pour établir ce qui peut sembler être des groupements raciaux dits « naturels » nous aide à nous rappeler que ces groupements sont loin d'être « naturels », mais qu'il s'agit plutôt du résultat d'un processus social (Hyman, 2009).

À PROPOS DE L'ACAFS

L'ACAFS est une organisation nationale à but non lucratif déterminée à créer un système équitable pour les sports et les activités physiques dans lequel les jeunes filles et les jeunes femmes peuvent s'engager activement en tant que participantes et dirigeantes. L'ACAFS offre de nombreux services, programmes et ressources à une vaste clientèle, dont des organismes de sport et d'activité physique, des enseignants et enseignantes, des entraîneurs et entraîneuses, des professionnels et professionnelles de la santé et des animateurs et animatrices de loisirs. Depuis 1981, l'ACAFS travaille en étroite collaboration avec des organismes gouvernementaux et non gouvernementaux afin d'offrir des activités et des projets qui mettent l'accent sur des changements positifs pour les filles et les femmes dans le milieu du sport et de l'activité physique.

Pour de plus amples renseignements concernant les autres programmes et projets de l'ACAFS, visitez le www.caaws.ca.

II

Méthodes

GROUPES DE DISCUSSION

Le principal objectif du projet *Défi-santé avec les communautés racialisées* était d'en apprendre davantage à propos des obstacles sociaux et systémiques auxquels sont confrontées les filles et les jeunes femmes de communautés racialisées qui souhaitent faire de l'activité physique et acquérir de saines habitudes alimentaires, et de la difficulté à offrir des programmes à ce groupe cible. On a fait appel à des méthodes qualitatives car elles permettent de mieux comprendre et d'approfondir le milieu social et le point de vue des participantes (Denzin, 1994). Des groupes de discussion ont été mis à contribution, car les personnes-ressources peuvent ainsi glaner des informations auprès d'un grand nombre de personnes, en peu de temps, en plus de donner l'occasion aux gens de la communauté de faire du réseautage. Au total, 22 groupes de discussion ont été mis sur pied dans les quatre régions sanitaires de l'Ontario. Onze groupes de discussion ont rassemblé des jeunes filles et jeunes femmes racialisées, 150 participantes au total, dans les villes de Toronto, Brampton, Ottawa, London, St. Catharines, Windsor, Hamilton et Thunder Bay. Pour les fournisseurs de services, 10 groupes de discussion réunissant 71 participants et participantes ont été mis sur pied, en plus de six entrevues individuelles, à Toronto, Brampton, Ottawa, London, St. Catharines, Windsor, Hamilton, North Bay et Thunder Bay.

Les groupes de discussion ont été dirigés par la coordonnatrice de projet, une étudiante diplômée ayant déjà fait de la recherche qualitative et travaillé auprès de la population cible; cette dernière devait inciter les gens à discuter des différents aspects du projet. Pendant toute la durée du projet, les discussions ont progressé de façon tout à fait naturelle et, lorsque nécessaire, la coordonnatrice était sur place pour encourager et motiver les participants et participantes. L'un des défis

à surmonter tout au long du processus a été de s'assurer que tous et toutes pouvaient participer de façon équitable. Au besoin, la coordonnatrice s'organisait pour que d'autres personnes puissent participer et faire entendre leur voix. Un modèle d'entrevue semi-structurée permettait l'ajout de questions additionnelles de la part des participants et participantes, créant ainsi un climat de transparence, de franchise et de sécurité.

ENTREVUES INDIVIDUELLES

Pour surmonter les obstacles liés au temps et à la géographie, des entrevues individuelles au téléphone ou en personne ont été menées à l'aide du même guide utilisé pour les groupes de discussion. Ce type d'entrevue permet d'échanger des idées et d'orienter la conversation sur les objectifs du projet. Six entrevues ont ainsi été réalisées avec des fournisseurs de services de North Bay, Thunder Bay et Toronto.

QUESTIONS

Compte tenu des objectifs du projet, un guide a été créé pour faciliter la discussion et les échanges avec les jeunes filles et jeunes femmes et les fournisseurs de services (voir Annexes B et C). La coordonnatrice du projet et la directrice nationale des programmes de l'ACAFS ont préparé ensemble les questions. Ces dernières étaient prêtes à l'avance, toujours sous forme de questions semi-structurées, pour inciter les gens à approfondir un sujet ou une question (Reinhartz, 1992, p. 18). Faire preuve d'ouverture d'esprit et de souplesse demeure le meilleur moyen d'inciter les participants et participantes à faire part de leurs opinions et de leurs expériences. Le cas échéant, d'autres questions étaient posées pour faire un suivi, clarifier ou approfondir certains aspects. On évitait le plus possible les questions suggestives ou appelant un oui ou un non afin de favoriser la discussion et les échanges.

RECRUTEMENT ET ÉCHANTILLONNAGE

Afin de recruter des gens, les communautés intéressées des quatre régions sanitaires de l'Ontario ont été invitées à répondre à un appel de candidatures transmis par le biais des réseaux de l'ACAFS et de ses partenaires. Au total, 19 groupes de discussion et six entrevues individuelles ont été réalisés dans une dizaine de villes en Ontario : Ottawa, Toronto, Brampton, Scarborough, Hamilton, St. Catharines, London, Windsor, North Bay et Thunder Bay. Ces endroits ont été sélectionnés en fonction de l'intérêt manifesté par la communauté hôte et des impératifs de nature géographique du projet. Onze groupes de discussion

réunissant des jeunes filles et jeunes femmes ont été mis en place dans les villes sélectionnées, tandis que huit groupes et six entrevues individuelles ont été menés avec des fournisseurs de services dans leurs communautés respectives.

Une fois les villes sélectionnées, les coordonnateurs ou coordonnatrices locaux avaient la responsabilité de trouver un lieu de réunion et de recruter des participants et participantes dans le but de constituer deux groupes de discussion — l'un composé de jeunes filles et jeunes femmes racialisées, et l'autre de fournisseurs de services appelés à travailler auprès de cette clientèle. Les filles et jeunes femmes racialisées devaient avoir entre 8 et 18 ans, ce qui rendait obligatoire l'autorisation des parents — les coordonnateurs ou coordonnatrices locaux ont donc fait distribuer des formulaires de demande d'autorisation. Les groupes de discussion pouvaient compter entre 6 et 25 personnes, donc en moyenne 13 participants et participantes. Les groupes composés de fournisseurs de services étaient en général plus petits, soit entre 5 et 10 personnes, en raison du nombre peu élevé de fournisseurs et de difficultés au niveau du recrutement. Quant aux lieux de réunion à proprement parler, il pouvait s'agir de centres communautaires, de salles de classe ou de salles de conférence d'un centre communautaire où les participants et participantes pouvaient se réunir en toute sécurité, sans être dérangés. Les rencontres duraient en général entre 90 minutes et 2 heures.

Les groupes de discussion du projet *Défi-santé avec les communautés racialisées* étaient composés de jeunes filles et jeunes femmes provenant de milieux différents. Un des groupes était plus homogène sur le plan ethnique et socioculturel, mais cela n'a d'aucune façon freiné les objectifs du projet. Au contraire, la discussion s'est animée dans ce contexte d'une plus grande familiarité. Les autres groupes étaient composés de participantes provenant de milieux et de communautés très diversifiés. Quant au niveau d'activité de chacune, certaines étaient inactives, d'autres participaient à des activités de loisirs, certaines faisaient partie d'une équipe à l'école tandis que d'autres étaient membres d'une équipe de compétition.

MARCHE À SUIVRE

Pour commencer : un mot d'introduction pour présenter l'ACAFS, de même que le but et les objectifs du projet *Défi-santé avec les communautés racialisées*; puis, les présentations et une activité pour briser la glace et faire connaissance avant d'entamer la discussion. Les échanges ont été enregistrés sur bande et la coordonnatrice du projet a également pris des notes. Les filles et les jeunes femmes ont été invitées à discuter des obstacles et des défis auxquels elles font face lorsqu'elles souhaitent participer à une activité, et à préciser si oui ou non elles utilisent les services offerts par la communauté. Elles ont également parlé de leur cheminement personnel en ce qui a trait au sport, à l'activité physique et à de saines

habitudes de vie. Les fournisseurs de services, pour leur part, ont plutôt mis l'accent sur leurs expériences de travail auprès de communautés racialisées, plus précisément les filles et les jeunes femmes, et les obstacles et défis à relever pour offrir des programmes et des services axés sur un mode de vie sain à cette population cible. Par souci de cohérence, la coordonnatrice du projet a collaboré à la préparation du guide et des questions d'entrevue, elle a enregistré les échanges sur bande et les a révisés par après, elle a analysé le contenu des entrevues et rédigé le rapport final.

ANALYSE DES DONNÉES

Les échanges entre les membres de 16 des 19 groupes de discussion ont été enregistrés et en partie transférés dans des fichiers protégés par mot de passe. Le contenu des fichiers a été lu et relu à plusieurs reprises, en prenant bonne note des thèmes et des catégories mentionnés. À l'aide de NVivo, un logiciel qualitatif utilisé pour catégoriser des données, la coordonnatrice du projet a été en mesure de répartir le contenu et les résultats en thèmes codés. Ces thèmes font l'objet de discussions à la section où se trouvent les résultats. Les résultats sont répartis en deux sections — la première montrant les résultats analysés qui concernent les filles et les jeunes femmes, et la deuxième ceux qui concernent les fournisseurs de services. La recherche qualitative insiste sur l'importance de l'exposé de faits et de l'expérience. Ces deux éléments sont bien présents, et certaines citations savoureuses en sont la preuve. Les noms ont été changés ou un pseudonyme a parfois été utilisé pour protéger la vie privée des participants et participantes.

CONTRAINTE

Ce projet n'est toutefois pas à l'abri des contraintes. Premièrement, recruter des coordonnateurs ou coordonnatrices locaux dans les quatre régions sanitaires de l'Ontario a été plus difficile que prévu, plus particulièrement dans le nord de la province. Les entrevues individuelles ont permis toutefois d'élargir la diversité géographique de l'échantillonnage. Deuxièmement, le recours à des groupes de discussion comme moyen principal de recueillir des données a des limites. Le nombre peu élevé de participants et participantes par groupe de discussion ne permet pas de généraliser, en termes de résultats, par rapport à l'ensemble de la population. Bien que nous ne sommes pas en faveur des généralisations à la grandeur des communautés, comme les résultats le laissent parfois entendre, certaines personnes pourraient être tentées de le faire au sein d'une communauté donnée justement pour mieux cerner les enjeux auxquels font face les communautés racialisées.

III

Résultats — Filles et jeunes femmes racialisées

Les résultats obtenus auprès des groupes de discussion et des entrevues sont présentés en deux sections. Cette première section fait état des résultats obtenus auprès des groupes de discussion réunissant les filles et les jeunes femmes racialisées. Les résultats obtenus auprès des groupes de discussion et des entrevues avec les fournisseurs de services sont présentés dans la section suivante. L'analyse et les commentaires suivants sont conçus pour sensibiliser la population au sujet des éléments positifs et négatifs qui influencent les saines habitudes de vie des filles et des jeunes femmes, des appuis que reçoivent les organismes et des problèmes que ceux-ci éprouvent à fournir des services aux communautés racialisées. Ces résultats racontent surtout les expériences et les histoires de filles et de jeunes femmes racialisées, récits souvent exclus des discussions au sujet du sport et de l'activité physique à l'échelle communautaire.

La présentation des résultats obtenus auprès des groupes de discussion réunissant les filles et les jeunes femmes racialisées mettent avant tout l'accent sur les réponses aux questions suivantes :

- *Quels éléments encouragent ou empêchent la pratique d'un sport ou d'une activité physique ou l'adoption de saines habitudes de vie chez les filles et les jeunes femmes racialisées?*
- *Quels sont les obstacles systémiques qui empêchent les filles et les jeunes femmes racialisées de pratiquer un sport ou une activité physique?*

LES SAINES HABITUDES DE VIE DES FILLES ET DES JEUNES FEMMES RACIALISÉES

Les groupes de discussion réunissant des filles et des jeunes femmes racialisées se sont d'abord amorcés en demandant aux participantes ce qu'elles pensaient de leur santé et de leur degré d'activité. Un fossé évident divisait les participantes — certaines d'entre elles ont affirmé que le sport avait une incidence positive sur leur vie et qu'elles étaient en santé puisqu'elles étaient actives, qu'elles mangeaient sainement et qu'elles menaient une vie moins stressante. Les autres ont soutenu qu'elles n'étaient « pas en santé » en raison du manque d'activité physique et d'options relatives à la saine alimentation. Voici certains de leurs commentaires :

Pour ma part, je cours et je pratique de nombreux sports, car je veux être en forme et forte.

(THUNDER BAY)

Lorsque je fais de l'exercice, cela favorise ma concentration, me procure un sentiment d'accomplissement et m'aide à atteindre les objectifs que je me suis fixés.

(THUNDER BAY)

Je ne pratique pas vraiment de sport ou d'activité physique. Je ne cours pas et je ne suis pas une sprinteuse. Je marche beaucoup.

(LONDON)

Je ne peux pas vraiment dire que je suis active ou que je pratique un sport, mais je préfère l'exercice au sport. Je me sens toujours mieux après m'être entraînée et j'estime qu'il s'agit d'une bonne façon d'évacuer le stress. Je ne cesse de me dire que c'est bon pour moi.

(HAMILTON)

L'activité physique? Je n'en fais pas, mais je tente de manger beaucoup de fruits et de légumes. Je me sens tellement mieux lorsque je ne mange pas de malbouffe. C'est mon alimentation et non le sport qui me garde en santé.

(TORONTO)

C'est difficile de bien manger. Chaque semaine, la télévision nous informe — Burger King n'utilise pas de la vraie viande ou McDonald's utilise un ingrédient différent ou dangereux. C'est très difficile de bien manger, car nous n'avons pas beaucoup d'options. C'est pourquoi j'estime que je ne suis pas vraiment en santé.

(ST. CATHARINES)

Dans ma culture, nous mangeons quatre fois par jour; c'est gênant, mais je ne veux pas offenser ma famille en ne mangeant pas, alors je mange. Mais je dois ajouter que la nourriture est très lourde et que n'est pas la meilleure pour la santé.

(OTTAWA)

L'école n'offre pas de bons aliments santé. Les salades sont dans un coin, et je ne dépenserai pas sept dollars pour une salade lorsque je peux traverser la rue et avoir une pizza pour la moitié du prix.

(BRAMPTON)

Lorsque nous avons demandé aux participantes *les raisons pour lesquelles* elles pratiquent un sport ou une activité physique et ont de saines habitudes de vie, les réponses étaient diversifiées et avaient principalement trait à la santé physique et mentale, au plaisir et à l'apparence physique. La pratique d'un sport ou d'une activité physique constituait une activité sociale pour nombre d'entre elles — être avec leurs amies s'avère un facteur clé d'une pratique régulière.

*J'ai beaucoup d'énergie et je dois la brûler.
Je me fixe un objectif et c'est ce qui me plaît.*

(OTTAWA)

J'aime beaucoup le fait que mes amies fassent partie de mon équipe. Je vais jouer avec elles et j'adore courir, mais j'aime aussi passer du temps et discuter avec elles.

(BRAMPTON)

*Je participe à des compétitions avec beaucoup de mes amies.
Cela m'aide vraiment à me concentrer et à me fixer un objectif. Ça me donne confiance.*

(BRAMPTON)

Être active me procure beaucoup de plaisir, m'apporte beaucoup et me rend heureuse.

(HAMILTON)

Le sport m'aide car, lorsque je ressens beaucoup de colère, j'ai tendance à la garder en moi.

Le sport m'aide à l'apaiser.

(LONDON)

Je me sens bien, je me sens forte. Lorsque je ne fais pas de sport, j'ai l'impression que mon humeur s'assombrît.

(TORONTO)

J'ai l'impression que j'ai l'air en forme et je me sens jolie.

Je rayonne lorsque je vais m'entraîner ou courir.

(TORONTO)

Lorsque je me mets à bouger, je n'ai pas le goût de m'arrêter.

(THUNDER BAY)

L'activité physique et le sport m'apportent beaucoup. Tout d'abord, la plupart de mes amies sont actives, alors c'est un « deux en un » :

je passe du temps avec elles et je prends soin de mon corps.

J'adore la sensation que j'éprouve après l'entraînement, et aucune autre activité ne peut me la procurer.

(THUNDER BAY)

Bien que les participantes aient énuméré de nombreux bienfaits, certaines filles et jeunes femmes n'ont pas manifesté d'intérêt pour les environnements compétitifs. La compétition soutenue à certains niveaux de jeu suscitait une opposition et était perçue comme un élément déplaisant, surtout lorsque combinée à la rudesse et à la violence. Une fois à l'école secondaire, les occasions de pratiquer un sport dans un environnement non compétitif s'avéraient malheureusement limitées pour la majorité des participantes.

J'aime jouer et être active avec mes amies, mais je dois avouer que les sports de compétition ne m'amusent pas.

Tout le monde souhaite être meilleur que les autres.

(ST. CATHARINES)

J'ai grandi en jouant beaucoup au volley-ball, mais à l'école, ce sport est si compétitif . . . Au Mexique, le niveau de compétition n'était pas le même qu'ici. À mesure qu'on grandit, cela devient de plus en plus compétitif et beaucoup moins amusant. Lorsqu'on fréquente l'école secondaire, on peut être très bonne et faire l'équipe ou encore être complètement nulle. Il n'y a pas de place pour celles qui ne sont pas à un niveau avancé ou qui ne jouent pas à un niveau supérieur.

(OTTAWA)

Le sport semble tellement compétitif de nos jours. Les filles sont très rudes et compétitives dans les cours d'éducation physique. Certaines de mes camarades de classe ont déjà quitté le gymnase en pleurant parce que ça ne se passait pas bien. Parfois, on veut juste s'amuser, mais beaucoup de mes amies ne suivent plus de cours d'éducation physique en raison de la rudesse et de l'esprit de compétition qui y règnent.

(THUNDER BAY)

SE SENTIR BELLE

Lorsque nous avons questionné les participantes au sujet de l'apparence physique comme raison de pratiquer une activité physique ou un sport, nombre d'entre elles ont admis que l'exercice et l'activité physique les rapprochaient de l'objectif d'être belle et mince et d'avoir un beau corps. Plusieurs participantes ont également reconnu que les femmes subissaient beaucoup de pression quant au fait d'être en santé et en forme, mais parlaient d'« être maigre ».

On subit beaucoup de pression pour simplement être très minces.

On souhaite que les hommes nous regardent.

(OTTAWA)

Je veux être en forme. Je ne veux pas ressembler à un homme.

(HAMILTON)

Les filles veulent être jolies et très minces afin que les garçons les regardent, mais les garçons veulent être plus « bâtis » afin que les filles les regardent. Ce n'est pas pareil, mais presque. Lorsqu'on voit un garçon imposant, on se dit qu'il doit être drôle ou gentil, mais, lorsqu'on voit une fille plus ronde, on dit simplement qu'elle est grosse.

(ST. CATHARINES)

Ma culture latine véhicule le stéréotype selon lequel la femme latine tout en courbes au joli corps n'est pas si intelligente. Mais on ne se sent pas bien lorsqu'on ne possède pas ces attributs ou lorsqu'on nous compare.

On ne ressemble pas toutes à J-Lo vous savez!

(OTTAWA)

Je dirais que je vais beaucoup plus souvent au gymnase maintenant parce que je suis tellement complexée. Je subis beaucoup de pression de la part de ma famille qui souhaite que je me marie et que je fonde une famille. C'est ce qui me pousse à y aller.

(LONDON)

J'estime que nous recevons beaucoup de messages contradictoires de la part de notre famille, des médias, de l'école, des amies. On est soit trop maigre ou trop grosse. Cela est déroutant et difficile à comprendre.

(TORONTO)

La télévision et les médias nous disent sans cesse de surveiller notre poids et d'améliorer notre condition physique, notre apparence et nos habitudes de vie. Nous croyons que cette pilule amaigrissante ou cet appareil de conditionnement physique ne nous affectent pas, mais nous nous trompons. Nous nous sentons mal alors que nous devrions plutôt nous sentir bien.

(THUNDER BAY)

Les commentaires précédents fournissent un aperçu des pressions que subissent les jeunes femmes et qui les poussent à vouloir un type de corps particulier. Ces pressions constituent un facteur de motivation potentiel qui les incite à pratiquer un sport ou une activité physique. Selon Markula (1995), l'industrie de la publicité dépeint le corps féminin idéal comme étant « ferme et galbé, sain et séduisant, fort et mince » (p. 430). Ces proclamations font toutes partie des messages dominants au sujet de la fémininité traditionnelle et de la responsabilité des femmes à atteindre cet idéal. Les commentaires d'une des participantes à propos du débat entre les idéaux de beauté latins et les notions de beauté généralement admises révèlent en outre toute la complexité de ces pressions sociales. Dans le même ordre d'idées, une autre participante a établi le lien entre le fait d'aller au centre de conditionnement physique pour avoir un corps sculpté et ses chances de trouver un mari. Les groupes de discussion réunissant des filles et des jeunes femmes racialisées ont également permis de faire la lumière sur l'impact que les médias imprimés et télévisés exercent sur leur conception du corps, de l'activité physique et des saines habitudes de vie.

LES OBSTACLES À LA PRATIQUE D'UN SPORT OU D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Lorsque nous avons demandé aux participantes ce qui limitait leur pratique d'un sport ou d'une activité physique, elles ont mentionné le manque de temps, le travail, l'école, les responsabilités relatives au foyer et à la vie de famille, les attentes familiales, l'image négative qu'elles ont de leur corps, le manque de confiance en soi, l'accès limité et le manque d'occasions. Bon nombre des participantes aux groupes de discussion ont indiqué qu'elles pratiquaient un sport ou une activité physique lorsqu'elles étaient plus jeunes, mais que cette habitude s'était perdue de façon drastique en vieillissant.

*Je me souviens que lorsque j'étais plus jeune,
je jouais toujours dehors.*

(OTTAWA)

*Je me rends compte que je n'ai tout simplement plus le temps,
avec le travail, l'école et les activités familiales. C'était autrefois
plus important que ce ne l'est maintenant.*

(LONDON)

*Mes parents accordaient beaucoup d'importance au fait
que je sois active parce qu'ils l'étaient eux-mêmes, mais je
ne crois plus que ce soit le cas aujourd'hui.*

(BRAMPTON)

*Lorsque le sport fait partie de votre vie depuis que vous
êtes très jeune, il est possible que cela finisse par vous embêter,
particulièrement lorsqu'on vous a beaucoup poussée.*

(BRAMPTON)

*J'ai commencé la natation lorsque j'étais très jeune et j'adorais cela.
J'ai arrêté lorsque j'ai eu 12 ou 13 ans parce que mon corps se développait
et que ma poitrine était trop grosse — je ne voulais plus nager.
Je ne me sentais pas à l'aise du tout avec les garçons qui nageaient ou
avec un instructeur de sexe masculin. J'ai vraiment regretté d'avoir
arrêté la nage et je m'y suis récemment remise.*

(BRAMPTON)

*Le transport représente un problème de taille ici. Les autobus se
déplacent difficilement et le trajet est long du point A au point B.
C'est plus simple de rester tout près ou de faire des activités à l'école.*

(THUNDER BAY)

Limitations financières

La plupart des filles et des jeunes femmes racialisées ont mentionné que le coût lié à la pratique d'un sport ou d'une activité physique constituait un problème et limitait leur participation. Nombre d'entre elles ont affirmé que les frais d'inscription dans un centre communautaire local ou à une équipe sportive étaient simplement trop élevés pour elles et leur famille, et que le sport et l'activité physique ne constituaient pas des priorités par rapport aux autres dépenses familiales.

*Notre passage à l'adolescence n'a pas été facile pour mes parents.
Mes frères, mes sœurs et moi avons dû travailler. L'argent que nous gagnions
était souvent destiné à aider la famille. Le sport et les autres activités
parascolaires n'étaient par conséquent pas une option.*

(TORONTO)

*Le coût de la vie est beaucoup trop élevé ici. Les déplacements en autobus
sont très dispendieux, et aller nager pendant un après-midi coûte environ 10 \$!
Je pourrais aller au cinéma avec des amies avec cette somme.*

(THUNDER BAY)

*Si la natation, l'abonnement dans un centre de conditionnement physique,
l'inscription à un cours ou les leçons de danse ne coûtaient pas si cher,
je bougerais plus souvent. Mais en tant qu'étudiante et travailleuse à temps
partiel, c'est très difficile de gérer le temps et les coûts.*

(OTTAWA)

Le sport et l'activité physique : une priorité difficile à respecter

Lorsque nous avons demandé aux participantes de décrire leur transition d'un mode de vie actif vers un mode de vie inactif et d'expliquer le déclin dans la participation des filles et des jeunes femmes, une discussion au sujet de différentes priorités s'est engagée :

*Ce que je veux dire, c'est que lorsqu'on vieillit, on n'y accorde
plus d'importance. On doit penser à l'avenir, à trouver du travail.*

(TORONTO)

*Les gens d'ici ne sont pas très accueillants. Notre culture est tellement
chaleureuse. Ici, personne ne nous invite. Lorsqu'une personne est différente ou
nouvelle, nous tentons de la faire se sentir à l'aise. Ici, les gens ne se connaissent
pas, ils ont des préjugés et c'est difficile de se faire apprécier par la suite.*

(ST. CATHARINES)

*On commence à se faire à l'idée qu'on n'a pas besoin de pratiquer un sport.
Par exemple, je jouais au basket-ball et j'ai dû arrêter, car je devais trouver
du travail. C'est plus important que de pratiquer le basket-ball.
Lorsqu'on vieillit, on veut faire autre chose. Si on a un amoureux, on
veut passer du temps avec lui plutôt que de pratiquer un sport.*

(ST. CATHARINES)

*Je sais que l'activité physique devrait être une priorité,
mais je ne la respecte pas du tout. Le savoir et le faire,
c'est deux choses différentes.*

(LONDON)

*C'est difficile d'en faire une priorité. On a tant de choses à faire :
travail, école, famille, etc. Ça fait beaucoup, et en plus on
doit penser à son corps.*

(OTTAWA)

*Les garçons semblent accorder davantage la priorité au sport,
car ce sont eux les sportifs de l'école et qu'ils ont une identité. Les garçons
semblent bénéficier de plus de soutien pour les sports les plus en vogue.*

(BRAMPTON)

*J'en ai déjà fait une priorité, mais pour une personne de mon âge
qui se démène pour aller à l'université, qui travaille et qui assume ses
responsabilités familiales, le sport perd son importance.*

(THUNDER BAY)

Les commentaires précédents sont instructifs, puisqu'ils suggèrent un changement dans les priorités des jeunes femmes à mesure qu'arrive l'adolescence. La pratique d'un sport ou d'une activité physique est perçue comme quelque chose à faire à un âge plus jeune. Le temps passe et d'autres priorités émergent, comme trouver un emploi, gagner un salaire, faire les devoirs, passer du temps avec les amies, assumer les obligations familiales et trouver un amoureux. Le commentaire d'une jeune femme expliquant que la collectivité dans laquelle elle vit n'encourage pas les jeunes femmes à sortir et à participer à des activités en comparaison à sa propre culture s'avère en outre révélateur. Elle mentionne que les gens de sa culture sont beaucoup plus accueillants et accessibles, ce qui sous-tend la présence d'un obstacle à l'intégration dans la société dominante.

Lorsque nous avons voulu en savoir plus à propos des raisons pour lesquelles le sport et l'activité physique deviennent moins prioritaires pour les jeunes femmes, une discussion s'est engagée à propos de la façon dont ont perçoit les jeunes hommes et femmes, particulièrement lorsqu'il pratique un sport ou une activité physique à un âge plus avancé. Nous avons constaté un contraste marqué en ce qui a trait à la pertinence d'une telle participation chez les jeunes femmes et les jeunes hommes, contraste mis en évidence dans les commentaires suivants :

On ne s'attend pas à ce que les filles pratiquent un sport à un certain âge . . . c'est plus une affaire de garçons.

(HAMILTON)

On s'attend plus à ce que les filles jouent les meneuses de claque ou pratiquent des sports comme le badminton, le volley-ball, mais moi je préfère les sports de garçons. J'adorerais faire partie de l'équipe de soccer, mais lorsqu'on arrive à l'école secondaire, on est soit très bonne, soit nulle.

(LONDON)

Je crois que c'est différent pour les filles. Pour les garçons, c'est ancré : ils pratiquent des sports et ils sont « cool ». Les gens nous regardent différemment lorsqu'on pratique un sport. Je connais une fille qui joue au rugby, qui est très bonne et qui fait partie de l'équipe masculine.

Chaque fois que quelqu'un parle d'elle, c'est avec méchanceté.

Le simple fait qu'elle fasse partie de l'équipe masculine est perçu comme étant négatif. On ne parle pas de ses défauts, seulement de son appartenance à l'équipe masculine. C'est un argument valable pour la traiter méchamment. Ici, les gens stéréotypent et catégorisent beaucoup.

Dans ma culture, on ne fait pas de discrimination.

(ST. CATHARINES)

Je crois que les gens estiment que les filles ont mieux à faire.

Si je dis à mes parents que je souhaite être active ou pratiquer un sport, ils n'y verront pas d'inconvénient, mais me diront que je ne devrais pas en faire ma priorité. Trouver du travail, avoir un emploi et aller à l'école, c'est bien plus important. C'est étrange, car mes frères pratiquent des sports et sont très actifs. Je suppose que l'objectif est différent pour moi . . .

(BRAMPTON)

Les commentaires précédents indiquent que la façon dont les filles et les jeunes femmes perçoivent le fait de pratiquer un sport est plutôt différente par rapport à celle de leurs homologues masculins. Les participantes estiment que la pratique d'un sport par les jeunes femmes après un certain âge n'est pas valorisée; un changement s'opère par conséquent au chapitre de leurs priorités. En revanche, les jeunes hommes doivent « bouger » (Hamilton) et « être actifs et sportifs » (Brampton). Cela illustre bien la barrière sociale à l'égard des valeurs ainsi que les types de corps acceptés par la société.

FACILITER LA PRATIQUE DU SPORT ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES FILLES ET LES JEUNES FEMMES RACIALISÉES

La tenue des groupes de discussion a permis de répertorier un nombre de facteurs qui appuyaient la pratique d'un sport ou d'une activité physique chez les filles et les jeunes femmes racialisées. La présente section révèle, du point de vue des filles et des jeunes femmes, la façon dont les services liés au sport et à l'activité physique pourraient être optimisés afin de surmonter les obstacles et les problèmes mentionnés précédemment. La compréhension de ces obstacles et problèmes auxquels sont confrontées les filles et les jeunes femmes racialisées au chapitre du sport, de l'activité physique et d'une vie saine requiert la connaissance d'un certain nombre d'enjeux et d'obstacles systémiques qui les empêchent d'adopter ces habitudes. Cette section tente de répondre aux questions suivantes :

- *Quels éléments encouragent ou dissuadent les filles et les jeunes femmes racialisées à pratiquer un sport ou une activité physique ou à adopter de saines habitudes de vie?*
- *Dans quelle mesure les programmes devraient-ils être adaptés afin de répondre aux besoins des filles et des jeunes femmes racialisées?*

Lorsque nous avons demandé aux participantes de se prononcer sur ce qui pourrait aider les filles et les jeunes femmes racialisées à pratiquer un sport ou une activité physique et à adopter de saines habitudes de vie, nombre d'entre elles ont exprimé le besoin d'essayer de nouvelles choses qui se différencient de ce que leur offrent leurs cours d'éducation physique. Elles ont souligné le manque d'exposition à une gamme élargie de sports, d'activités physiques et d'occasions de bouger.

J'aimerais essayer la boxe, le karaté, le base-ball, les arts martiaux et la lutte. Je souhaiterais que notre école offre de telles activités.

(BRAMPTON)

Les cours d'éducation physique n'ont trait qu'aux sports et à la performance. Nous devrions faire davantage de choses; nous devrions être en mesure d'apprendre des choses sur les relations, de faire du yoga et d'apprendre à nager. Tout le monde devrait apprendre à nager.

(LONDON)

Qu'est-ce que j'aimerais voir davantage? Hummm . . . Je crois que j'aimerais jouer au soccer plus souvent, mais sans les garçons car ils monopolisent le ballon et pensent toujours à épater la galerie.

(WINDSOR)

J'aimerais tant patiner et nager, parce que ma famille et mes amies ne sont pas exposées à ces sports. Je crois aussi qu'il est important d'apprendre à nager. Dans ma culture, on ne nage pas vraiment.

(TORONTO)

Lorsque nous avons demandé ce qui freine la participation des filles et des jeunes femmes, les participantes ont mentionné différents facteurs. Certains d'entre eux avaient trait au niveau de compétition trop élevé ou trop peu élevé, au fait qu'on privilégiait davantage les garçons en ce qui concerne l'attribution d'espaces, au manque de programmes et d'espaces uniquement réservés aux femmes et à la sous-estimation de leurs aptitudes et connaissances découlant de leur héritage culturel.

Au niveau secondaire, le sport devient beaucoup trop compétitif. Parfois, on a juste le goût de jouer pour le plaisir avec les amies pour socialiser et s'amuser. Ce n'est pas comme ça au secondaire, on doit faire partie des équipes et s'entraîner sans cesse.

(LONDON)

J'ai joué à un niveau fort compétitif pendant très longtemps. Je trouve difficile de ne jouer que pour le plaisir, alors je joue seulement avec mes équipes de club.

(BRAMPTON)

On dirait que toutes les fois où nous allons dans un gymnase ou un centre communautaire, il n'y a que des garçons. Il n'y a jamais d'événements féminins, ou encore les filles se tiennent sur les lignes de côté. Peut-être que la situation serait différente si les filles se voyaient proposer d'autres options.

(OTTAWA)

Il n'y a pas de gymnase ouvert pour les filles . . . ça me plairait beaucoup.

(TORONTO)

Parfois, lorsque je me rends au centre communautaire, les gens pensent que je ne peux pas pratiquer de sport en raison de la façon dont je suis vêtue et de mon voile. Pourtant, j'adore jouer! Ce n'est pas parce que je porte des vêtements différents que je ne peux pas courir ou marquer!

(OTTAWA)

Les commentaires mentionnés précédemment sont révélateurs, puisqu'ils démontrent les défis avec lesquels les jeunes femmes doivent composer dans l'univers du sport et de l'activité physique. Ils suggèrent en outre les façons dont les collectivités pourraient améliorer leurs services et offrir des espaces pour accroître la participation des filles et des jeunes femmes. Les mythes au sujet du caractère approprié du sport et de l'activité physique pour les filles et les jeunes femmes et découlant particulièrement de la tenue vestimentaire traditionnelle persistent et limitent le potentiel d'épanouissement des filles et des jeunes femmes à ce chapitre.

Manque de motivation?

Lorsque nous avons demandé aux participantes « quels éléments vous motiveraient à faire davantage de sport ou d'activité physique? », différentes opinions et suggestions ont été formulées.

*À moins que ma vie soit en danger,
je ne crois pas que je serais motivée.*

(LONDON)

*Je pense au bien-être que m'apporte une visite au gymnase ou une
joute occasionnelle et cela m'aide à me motiver.*

(TORONTO)

*On met tellement l'accent sur l'apparence de nos jours
que je ne peux m'empêcher de croire que le fait de continuer
à m'entraîner me permettra de trouver un petit ami.*

(TORONTO)

*Si mes amies m'accompagnaient ou voulaient jouer de temps
en temps avec moi, je sortirais davantage et serais plus active.*

(OTTAWA)

De nombreuses filles et jeunes femmes participant aux groupes de discussion seraient enclines à pratiquer un sport ou une activité physique; cependant, certains éléments doivent être mis en place afin de stimuler leur motivation. Nombre d'entre elles ont indiqué que la camaraderie constituait un important facteur de motivation, en plus de la création de services et espaces pour femmes seulement. D'autres sont motivées par les bienfaits psychologiques, les bienfaits sociaux et la valorisation qu'elles obtiennent en pratiquant un sport ou une activité physique. Compte tenu de leurs engagements, certaines filles et jeunes femmes ne trouvent toutefois pas la motivation à pratiquer un sport ou une activité physique en raison de leur horaire chargé et de leurs autres priorités.

Qu'est-ce qu'il faut changer?

Les participantes aux groupes de discussion ont proposé un nombre de suggestions visant à améliorer les services de sport et d'activité physique, en fonction de leur expérience scolaire, des observations effectuées dans leur communauté et de leurs intérêts et désirs personnels. Certaines de ces suggestions sont illustrées dans les commentaires suivants. Les principaux thèmes abordés avaient trait au besoin de programmes variés qui rejoignent des intérêts diversifiés, au fait de rendre les programmes moins intimidants et compétitifs et à la désignation de leaders positifs dans la collectivité, lequel permettraient aux filles et aux jeunes femmes racialisées d'atteindre leurs objectifs en favorisant leur croissance et leur motivation. Qui plus est, le besoin de trouver des façons créatives de sensibiliser les jeunes aux risques et aux bienfaits du sport et des saines habitudes de vie était également perçu comme un élément à améliorer.

Il ne faut pas que les activités soient trop intimidantes.

De façon générale, lorsque je me rends au centre sportif, il y a quelques filles et beaucoup de garçons qui sont tous très bons.

Les activités devraient inclure tous les niveaux.

(BRAMPTON)

Je trouve que ce qui ne fonctionne pas avec la santé et le sport, c'est le fait que les gens et les enseignants nous disent toujours quoi faire sans toutefois nous aider.

(TORONTO)

Les saines habitudes de vie et les programmes sportifs doivent être plus réalistes pour qu'on les intègre à nos vies, par exemple, le guide alimentaire et l'horaire des activités.

(TORONTO)

Je souhaiterais que les programmes soient plus amusants et j'aimerais pouvoir essayer de nouvelles choses.

(OTTAWA)

Certains des leaders ou des enseignants n'encouragent pas les filles. Les garçons reçoivent beaucoup d'encouragements, car ils sont tellement bons. Les filles peuvent aussi être bonnes.

(HAMILTON)

Les cours sur la santé devraient être améliorés. J'ai passé toute une année à étudier la santé sexuelle et j'estime que la santé devrait mettre l'accent sur d'autres options que l'abstinence. Dans le cadre de ma recherche, j'ai découvert que le taux de grossesse chez les adolescentes est nettement élevé. Cela démontre que les cours sur la santé qui font partie du programme d'éducation physique ratent la cible.

(LONDON)

À l'école comme à la télévision, on nous dit sans cesse ce que nous ne devons pas faire, mais on n'en explique jamais les raisons. Je crois que les cours et les programmes devraient nous fournir des explications et des réponses à nos questions.

(THUNDER BAY)

Je pense que les écoles, les médias et les programmes devraient d'abord expliquer les raisons pour lesquelles un comportement donné est néfaste ou encore parler des bienfaits que procurent le sport et l'activité physique. On entend souvent « ne faites pas ceci », « ne faites pas cela ». Lorsqu'on dit à un adolescent de ne pas faire quelque chose, il le fera assurément! Nous voulons connaître les raisons, les conséquences . . . Les gens doivent savoir pourquoi ils ne doivent pas manger tel aliment ou pourquoi ils doivent bouger.

(THUNDER BAY)

Les groupes de discussion ont de toute évidence démontré que les filles et les jeunes femmes racialisées veulent être entendues et ont des avis importants et précieux sur la façon d'améliorer les programmes et d'encourager les filles et les jeunes femmes à être actives et à adopter de saines habitudes de vie. Leurs suggestions étaient axées sur le plaisir, le développement des aptitudes et des connaissances, le soutien, les occasions offertes uniquement aux femmes, une plus grande variété d'activités et le changement d'attitude devant la participation des filles et des jeunes femmes. Il est clair que les besoins des jeunes femmes ne sont pas tous comblés et que des modifications aux modèles traditionnels s'avèrent nécessaires. Les recommandations et modifications sont présentées dans la section finale du présent rapport intitulée Résultats et recommandations.

IV

Résultats — Fournisseurs de services

Les groupes de discussion réunissant les fournisseurs de services de sport et d'activité physique et les entrevues menées auprès de ces derniers font partie du projet intitulé *Défi-santé avec les communautés racialisées* de l'ACAFS afin d'examiner les réalités liées à l'offre de programmes et de soutien aux filles et aux jeunes femmes racialisées et à leur famille. La compréhension des obstacles rencontrés sur le plan organisationnel, de même que les histoires de réussite et les pratiques prometteuses constituent des éléments essentiels au changement. Les commentaires et l'analyse connexe découlant des conversations avec les fournisseurs de services ont permis d'accroître la sensibilisation aux réalités, aux enjeux, aux obstacles et aux défis avec lesquels ils doivent composer, puis de poser un regard critique sur les promesses et les limitations liées à la prestation de services auprès des communautés racialisées. Les résultats exposés ci-après ont été regroupés selon les sous-sections suivantes : planification, mise en œuvre, expérience personnelle avec les communautés racialisées et possibilités d'amélioration.

PLANIFICATION

Cette première section présente les résultats au sujet de la planification des programmes et les réflexions des fournisseurs de services quant à la question suivante :

- *Quels sont les principaux obstacles et défis que pose la planification des programmes destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées?*

Les commentaires détaillés et précis des fournisseurs de services ont permis de répertorier un nombre d'obstacles, y compris les personnes qui participent ou non à la planification, les différences culturelles ou ethniques entre les intervenants,

les préjugés basés sur les stéréotypes, les difficultés liées à la participation et à la rétention, le manque de compréhension des besoins éprouvés par les communautés racialisées et le manque de coordination et de communication entre les organismes offrant les services et la collectivité.

Qui participe à la planification?

Lorsque nous avons demandé aux fournisseurs de services quels éléments étaient pris en considération lors de la planification des programmes destinés aux communautés racialisées et qui étaient les personnes qui participaient à cette tâche, ceux-ci ont parlé des gens qui participent et de ceux qui ne participent pas :

Nous consultons toujours les jeunes et leur demandons ce qu'ils veulent. J'estime qu'il s'agit de la seule façon de vraiment comprendre leurs désirs et leurs besoins.

(OTTAWA)

Notre programmation s'appuie entièrement sur les commentaires des jeunes et sur ce qu'ils veulent faire. Notre objectif est de les faire participer à la planification. Nos soirées jeunesse sont très populaires, car les jeunes ont le contrôle et prévoient des activités qu'ils souhaitent faire sans que les adultes leur disent ce qu'ils doivent faire ou ne pas faire. Lorsqu'ils prennent la planification en main, j'ai l'impression qu'ils s'approprient l'événement ou l'activité.

Nous ne faisons que superviser.

(BRAMPTON)

Nous réfléchissons généralement à ce que nous souhaitons faire, et la liste est souvent longue. La plupart du temps, nous ne sommes pas en mesure d'assumer les coûts et nous devons faire des collectes de fonds, mais je crois que l'appui doit être là. Nous voulons que l'activité leur appartienne. Elles développent un sentiment d'appartenance et viennent plus régulièrement.

(ST. CATHARINES)

Je ne suis pas certain que nous prenons les besoins des communautés racialisées en compte. Pour ma part, je ne pense pas les connaître. Notre mandat ne couvre pas vraiment cet aspect. Je dirais toutefois qu'il faudrait parler aux filles de cet âge impressionnable de ce qui est important pour elles.

(LONDON)

Nos programmes s'appuient sur des événements; cela devient alors problématique de solliciter la participation des communautés racialisées ou culturelles. Nous ne tenons des événements s'adressant aux groupes culturels que quelques fois par année; leur participation dans la planification s'avère donc complexe.

(THUNDER BAY)

À la lecture des commentaires précédents, on constate qu'il existe différents points de vue sur les enjeux liés à la planification. En dépit du fait que certains fournisseurs de services estiment que la participation des jeunes racialisées s'avère efficace afin de s'assurer que les programmes reflètent leurs intérêts, d'autres offrent des programmes et des événements prévus, sans tenir compte des besoins et des intérêts. Dans d'autres cas, les besoins des jeunes racialisées ne revêtent pas une grande importance lorsque l'inscription au programme est priorisée aux fins de financement.

La divulgation des chiffres aux agences de financement est très importante dans le but de nous assurer de leur contribution. Bien que nous aimions offrir des programmes destinés aux filles ou aux jeunes racialisées seulement, les chiffres ne sont tout simplement pas éloquents et les programmes risquent d'être supprimés, car les chiffres sont importants.

(ST. CATHARINES)

Le manque de financement constitue l'un des principaux éléments qui limitent l'offre d'une programmation intéressante. S'il n'est pas étonnant que le financement représente un problème qui affecte la programmation et l'offre de services, celui-ci devient révélateur lorsque lié aux besoins et désirs des communautés racialisées en ce qui a trait aux excursions, aux sorties éducatives et au fait d'attirer des spécialistes en matière de sport. Ce point sera élaboré ultérieurement lorsque nous analyserons les défis et obstacles liés à la mise en œuvre des programmes.

Différences culturelles

Un des principaux thèmes qui s'est imposé en tant que défi lié à la planification de services destinés aux communautés racialisées avait trait aux différences culturelles entre les valeurs canadiennes et celles des divers groupes ethniques. La notion de valeurs et de ce qu'on attend d'une communauté ou même d'une nation est parfois difficile à communiquer puisqu'elle réside dans des approches de la vie quotidienne qui sont nuancées. À la lecture des commentaires présentés ci-après, on s'aperçoit vite que le sport, l'activité physique et les saines habitudes de vie sont réputés

importants pour les familles racialisées, mais pas au détriment de l'éducation, de l'apport d'un soutien financier et de la contribution à la famille. Il est d'ailleurs révélateur de voir que le sport et l'activité physique constituent des priorités le plus souvent pour les garçons et les hommes plutôt que pour les filles et les femmes. La réussite scolaire et la contribution au ménage demeurent prioritaires pour les filles et les femmes.

Par expérience, je peux dire que les communautés racialisées ne valorisent pas le sport et l'activité physique. Elles accordent plutôt de l'importance aux études et au travail.

(THUNDER BAY)

Parfois, on ne réalise pas les différences qui existent entre notre culture et celle des autres. Par exemple, un de nos leaders de programme avait un tatouage et un perçage et cela inquiétait considérablement les parents en raison de ce que son image véhiculait auprès des jeunes.

(OTTAWA)

Je me souviens que nous avions organisé un événement dans le cadre duquel nous avions apporté de la nourriture et des gâteries pour les jeunes et leurs parents. Nous n'avions pas réalisé que la nourriture devait aussi être hallal et végétarienne pour respecter les besoins de certaines communautés racialisées. Il s'agit d'une véritable expérience d'apprentissage.

(THUNDER BAY)

On oublie parfois que certaines cultures n'encouragent pas la participation des femmes, et ce, même lorsqu'il s'agit de sport. Ainsi, lorsqu'il y a du soccer, ce sont généralement les hommes qui jouent, tandis que les femmes restent sur les lignes de côté. On ne réalise pas que c'est différent pour les femmes. On tente d'offrir des programmes pour femmes seulement, mais le taux de participation est moindre.

(OTTAWA)

Lorsque je travaille avec les jeunes musulmans et leurs parents, je dois souvent les rassurer et leur dire que les filles ne joueront pas avec les garçons. Il s'agit d'une préoccupation dans le cadre de leur culture.

(OTTAWA)

Nous travaillons d'arrache-pied pour accommoder les jeunes racialisées. Nous offrons un cours de natation pour les mères et les filles pendant lequel nous fermons les rideaux et limitons l'accès à la piscine aux femmes seulement. Elles adorent!

(HAMILTON)

Les gens ne comprennent pas ce par quoi passent certaines jeunes femmes noires. Ces jeunes femmes doivent travailler et aller à l'école, en plus de jouer un rôle déterminant au sein de leur famille. Elles ont de la difficulté à trouver du temps pour elles. Elles doivent également composer avec des pressions extérieures qui ne sont pas toujours agréables pour elles.

(TORONTO)

Les commentaires précédents illustrent la diversité des idées au sujet de la différence culturelle. Dans certains cas, les fournisseurs de services s'imaginent que la valeur du sport et de l'activité physique transcende toutes les communautés culturelles, alors que cela peut ne pas être le cas, particulièrement pour les femmes. En outre, dans bien des cas, certaines accommodations relatives à la modestie, à l'alimentation et aux espaces réservés aux femmes sont nécessaires afin de rendre le sport et l'activité accessibles, de fournir un espace sécuritaire et tisser des liens de confiance afin que les filles et les jeunes femmes puissent participer.

Les croyances et pratiques des groupes racialisés entrent parfois en conflit avec les interprétations et les principes qui sont au cœur des conditions de vie et des lois canadiennes. Dans ces cas-là, les tensions augmentent et sèment la confusion et l'incertitude parmi les fournisseurs de services, comme le démontrent les commentaires suivants :

Dans certaines communautés racialisées, les aînés doivent prendre soin de leurs plus jeunes frères et sœurs, et on leur demande de rester au centre ou à la bibliothèque. Un des aspects que nous tentons d'améliorer auprès des différentes cultures est le fait que la loi canadienne oblige les enfants d'un certain âge à être accompagnés d'un adulte en tout temps.

Nous sommes tenus de déclarer ces cas. Cette situation a parfois donné lieu à des confrontations dans le cadre desquelles les femmes pensaient que je détestais les enfants, car je retournais les enfants ne prenant part à aucune activité à leurs parents. Elles me disaient « vous n'aimez pas les enfants, car vous ne les laissez pas jouer ». On m'a même traité de raciste. Il s'agit de situations complexes . . .

(LONDON)

Si vous consacrez une journée au multiculturalisme, vous risquez « d'isoler » cette communauté ethnique. On reconnaît votre différence pendant une seule journée au cours de l'année et on vous dit de reprendre vos habitudes dès le lendemain.

(TORONTO)

Le commentaire précédent (Toronto) est éloquent, car, en dépit du fait que la notion de multiculturalisme au Canada se veuille inclusive pour les communautés racialisées, elle s'avère limitée en ce qui a trait à la façon dont nous percevons la différence. La manière dont le multiculturalisme se manifeste adéquatement reflète la dernière citation, dans ce sens que la différence en vient à signifier de reconnaître une culture donnée pendant une journée ou un mois plutôt que d'intégrer la différence dans notre vie de tous les jours.

Sensibilisation aux besoins des communautés racialisées

Lorsque nous avons demandé aux fournisseurs de services leur avis à propos des besoins des communautés, différents thèmes ont été mis en relief, du besoin de communiquer efficacement à celui d'écouter les communautés, de l'efficacité du transport afin qu'elles puissent profiter des services à la compréhension de la façon dont les jeunes racialisées sont sous-estimées au chapitre des aptitudes et des connaissances et qui émane souvent des stéréotypes liés à la race. La compréhension des besoins des communautés racialisées aide les fournisseurs de services à mieux satisfaire les besoins des filles et des jeunes femmes racialisées.

*On doit assurément parler avec les jeunes,
et surtout les écouter.*

(HAMILTON)

Le transport constitue un besoin de taille pour les communautés racialisées. Les parents n'ont pas le temps de reconduire leurs enfants aux activités qui se déroulent après les heures de classe. On doit trouver un moyen de faire venir les enfants ici.

(HAMILTON)

Ces enfants sont tellement sous-estimés et en sont d'autant plus coincés. Ils ont besoin d'un peu plus. Ce qui est frustrant pour eux, c'est que dans leur pays, les gens ont progressé dans leur carrière, et cela affecte leur estime d'eux-mêmes. Tout est question d'estime de soi et d'ouverture à la culture canadienne. C'est difficile lorsque papa et maman leur demandent de ne pas abandonner leur culture et de maîtriser leur langue maternelle à la perfection. Ils ne trouvent pas leur place. Le manque d'estime de soi, la frustration et la colère peuvent finir par leur causer des ennuis.

(ST. CATHARINES)

Nous avons remarqué une disparité quant au genre d'éducation sexuelle enseignée à la maison et à l'école. À la maison, les jeunes femmes ne parlent pas de sexe ou de sexualité avec leurs parents. À l'école, les connaissances sexuelles font partie de l'éducation des filles et sont considérées comme des renseignements essentiels. Certaines de ces filles et jeunes femmes n'ont pas suffisamment accès à des services de soutien émotionnel professionnels appropriés.

Des conseillers sont disponibles, mais leurs services ne sont pas appropriés sur le plan de la culture ou des sexes. Les filles et les jeunes femmes avec qui je travaille souvent proviennent de pays déchirés par la guerre, et les conseillers ne sont pas toujours formés pour composer avec ces réalités.

(TORONTO)

Je crois qu'il faut quelqu'un qui comprenne vraiment les répercussions que l'école exerce sur les enfants. Je ne crois pas que les enseignants, ou même les gens de la communauté possèdent la formation adéquate. Si on retourne 10 ans en arrière, ce besoin n'existe pas ou alors on n'en parlait pas. En tant qu'éducateur, je crois qu'il importe de connaître les différentes cultures, et cela prend du temps. Il faut d'autant plus ne pas supposer que parce qu'une personne appartient à une autre culture, elle est automatiquement différente. Par exemple, cette idée selon laquelle tous les musulmans sont identiques est simplement fausse. Ils peuvent se rejoindre sur certains aspects et être différents sur d'autres. Ce n'est pas bien de mettre toutes les personnes de la même culture ou race dans le même panier.

(ST. CATHARINES)

Les commentaires précédents illustrent les besoins des filles et des jeunes femmes racialisées selon différents points de vue. Bien qu'ils couvrent un éventail de besoins, celui qui se démarque particulièrement est la façon dont les institutions du contexte contemporain du Canada ont compris la notion de différence raciale, qu'il s'agisse du système d'immigration, du système scolaire, de la lutte pour l'équité dans l'emploi et de l'expérience de vie quotidienne des personnes racialisées.

Un autre besoin qui a été jugé problématique par les fournisseurs de services avait trait à la communication avec les parents plutôt qu'avec les filles et les jeunes femmes elles-mêmes et au renforcement de l'appui que ces parents offrent à leurs filles. Les barrières linguistiques sont souvent considérées comme un problème avec lequel doivent composer les fournisseurs de services, particulièrement lorsque vient le temps de communiquer avec les parents.

Les barrières linguistiques ne constituent pas un problème pour les jeunes, mais leurs parents ont parfois des difficultés, et nous aussi. Il serait bon de faire traduire notre documentation en plusieurs langues afin de joindre les différentes communautés.

(HAMILTON)

*Quel geste cela serait d'offrir nos programmes dans des langues variées!
Nous pourrions ainsi convaincre les parents et gagner leur confiance, cette dernière
étant primordiale à la planification et à la participation des jeunes.*

(WINDSOR)

Les commentaires précédents suggèrent qu'il serait profitable d'investir dans des services de traduction afin de communiquer avec les communautés racialisées de façon efficace.

Manque de coordination et de communication entre les fournisseurs de services

Certains des participants aux groupes de discussion ont parlé d'un manque de coordination et de communication parmi les organismes communautaires qui participent à la prestation de services. Cette situation représente un obstacle qui donne lieu à une duplication des services et à une promotion inefficace des programmes. Dans certains cas, le manque de communication était attribuable à la concurrence entre les organismes à l'égard du recrutement des filles et des jeunes femmes racialisées ainsi que de leur famille.

*Il ne semble pas y avoir de coordination et de partage d'information
entre les organismes. Par conséquent, nous ne savons jamais ce qui se passe et ce
qu'ils font ou ce qu'ils offrent. Nous pourrions probablement prévoir des activités
différentes si nous savions ce qui se passe. Nous ne voulons pas répéter les
choses et nous souhaitons que les programmes soient uniques.*

(ST. CATHARINES)

*Je suis d'avis qu'il y a quelquefois un peu de concurrence entre
les organismes. Personne ne partage l'information, et j'estime que tout
le monde pourrait profiter d'une ressource servant à compiler tous
les renseignements à propos des activités offertes. Cela faciliterait
la planification et la préparation.*

(TORONTO)

*L'information s'avère cruciale. Si les gens étaient au courant des
activités offertes, cela favoriserait la promotion, et le taux de participation
des jeunes serait possiblement supérieur.*

(OTTAWA)

Ce ne sont pas tous les fournisseurs de services qui ont évoqué cette inquiétude relative au manque de communication et de collaboration au sein de leur collectivité. Un groupe a indiqué: « notre collaboration nous permet de soutenir nos efforts de financement » (Thunder Bay), tandis qu'un autre a mentionné que grâce à la collaboration, « nous sommes en mesure de planifier davantage d'événements et d'attirer plus de gens » (Hamilton). Le fait de travailler de concert permet d'optimiser les programmes et les services destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées. La collaboration avec d'autres organismes ou même avec d'autres divisions au sein d'une même organisation s'avère bénéfique pour la poursuite des efforts de financement lié à la planification.

MISE EN ŒUVRE

La présente section tente de faire la lumière sur les questions suivantes, lesquelles ont trait à l'étape de mise en œuvre des programmes destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées :

- *Quels sont les obstacles à la prestation de services destinés aux communautés racialisées?*

En posant cette question, nous tentons de recenser certains des obstacles avec lesquels doivent composer les fournisseurs de services à l'égard de la mise en œuvre. Par le biais de leurs commentaires, ceux-ci ont abordé un nombre d'obstacles, y compris le manque de financement, les défis liés à la rétention des jeunes racialisées, et pour certains organismes, le faible degré de priorité accordé au recrutement et à la rétention des filles et des jeunes femmes racialisées.

Manque de financement

Un des principaux thèmes émergeant des discussions avec les fournisseurs de services était le manque de financement destiné à la tenue de programmes ou d'événements, et parfois même à l'atteinte des objectifs de l'organisme.

Le financement représente un problème d'importance pour nous.

Par conséquent, en dépit du fait que nous offrons une programmation solide, nous n'avons souvent pas les moyens de faire des choses qui intéressent les filles, comme embaucher un instructeur de yoga ou offrir un cours de yoga ou encore jouer au volley-ball avec un instructeur compétent.

(OTTAWA)

L'ensemble de notre programme s'appuie maintenant sur ce que les filles souhaitent faire, dans la mesure du possible, bien sûr. Parfois, nous n'avons tout simplement pas le financement pour offrir des sorties éducatives et d'autres excursions, mais nous tentons d'offrir des activités qui les intéressent la plupart du temps.

(ST. CATHARINES)

La promotion constitue un problème de taille, et nous n'avons tout simplement pas l'argent. Comment alors assurer la promotion de notre programmation? La publicité est tellement dispendieuse que nous ne pensons même pas à acheter un petit espace dans un journal quelconque.

(TORONTO)

Nous n'avons jamais assez d'argent pour donner vie aux événements que nous souhaitons mettre sur pied. Nous devons par conséquent travailler avec les autres qui ont les fonds pour offrir l'événement de la façon souhaitée. Si nous voulons offrir des rafraîchissements, la situation se complique, car nous n'avons pas vraiment les ressources financières nécessaires. Nous espacions donc les événements afin que nous disposions de plus d'argent pour que celui-ci soit de meilleure qualité.

(THUNDER BAY)

Nous devons parfois lever des fonds de sorte à offrir les activités qui intéressent les filles. Sans argent, c'est difficile de recruter des instructeurs et de se rendre aux installations; c'est pourquoi nous demandons aux jeunes de débourser un certain montant. Nous sollicitons ensuite des dons afin de combler la différence.

(BRAMPTON)

Il apparaît évident que le financement constitue un problème épineux et complexe pour de nombreux organismes offrant des programmes aux filles et aux jeunes femmes racialisées. Compte tenu des budgets limités, le financement doit être partagé entre une multitude de priorités et de groupes différents. Attendu la valeur que revêt la promotion des saines habitudes de vie auprès des filles et des jeunes femmes racialisées ainsi que de leur famille, les politiques et les pratiques budgétaires devraient faire l'objet d'un examen par souci d'égalité.

Bien qu'indirectement relié au financement, le fait de faire des filles et des jeunes femmes racialisées un élément essentiel de leur mandat devrait être pris en compte par les organismes. Pour de nombreux fournisseurs de services, la promotion de saines habitudes de vie auprès des filles et des jeunes femmes racialisées ne représentait pas une priorité. Pour certains, la participation des

communautés racialisées ne faisait pas partie du mandat de leur organisme. Pour d'autres, la promotion du sport, de l'activité physique et des saines habitudes de vie dépassait le champ d'application de leur organisme.

Ce n'est que récemment que les minorités visibles sont devenues un élément central de notre mandat. Il y avait un tel besoin dans la collectivité que nous avons commencé à mettre sur pied des activités et des événements qui leur sont spécialement destinés. Nous avons toutefois tellement de pain sur la planche qu'il est parfois difficile de les inclure dans nos priorités.

(OTTAWA)

Notre organisme ne met pas l'accent sur le sport et l'activité physique en soi, mais nous travaillons avec les groupes ethniques et commençons à peine à comprendre les difficultés que rencontre ce groupe cible.

(LONDON)

Recrutement et rétention des participantes : qui vient et qui ne vient pas?

Un autre obstacle de taille à la mise en œuvre de programmes destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées a trait à l'inscription et à la participation aux activités. Plusieurs fournisseurs de services ont exprimé des préoccupations à propos du nombre de participantes et des difficultés à retenir les filles et les jeunes femmes racialisées. Certains fournisseurs de services ont reconnu que les jeunes racialisées ont d'autres priorités (c.-à-d., le travail, l'école, la famille) qui entrent souvent en conflit avec les programmes de sport et d'activité physique.

Ce n'est pas difficile d'attirer les jeunes... c'est plutôt le fait de maintenir leur intérêt qui pose problème. Plus ils sont vieux et plus c'est difficile de les retenir, et ce, en raison de l'école, du travail et de leur vie sociale.

(TORONTO)

Si nous sommes en mesure de gagner la confiance des parents et de la communauté, alors nous aurons plus de succès à recruter et à retenir les jeunes.

En adhérant à notre philosophie, les parents assureront la viabilité de nos programmes.

(ST. CATHARINES)

Nous mettons en œuvre de nombreuses activités de sensibilisation, et la population est familière avec notre nom. Cela nous aide beaucoup. Une fois que les filles sont inscrites, elles n'abandonnent pas.

(HAMILTON)

Les fournisseurs de services ont mentionné que les relations sociales constituaient un élément clé d'une participation soutenue et ont discuté de l'importance d'avoir des amies qui prennent part au programme pour les participantes.

La plupart d'entre elles viennent parce que leurs amies leur ont recommandé le programme et pour être ensemble.

(OTTAWA)

Au départ, elles se sont inscrites pour effectuer leurs heures de bénévolat.

Maintenant elles reviennent, car elles sont toutes amies.

(OTTAWA)

EXPÉRIENCE PERSONNELLE AVEC LES COMMUNAUTÉS RACIALISÉES

La présente section relate l'expérience personnelle des fournisseurs de services avec les filles et les jeunes femmes racialisées. La principale question abordée dans cette section est la suivante :

- *En tant que fournisseur de services, quels apprentissages avez-vous faits au contact des filles et des jeunes femmes racialisées?*

Les commentaires présentés dans cette section font la lumière sur plusieurs sujets ainsi que sur le besoin de comprendre la multitude de connaissances culturelles qui peuvent différer des valeurs et des habitudes de vie prônées par les Canadiens et Canadiennes. De manière plus importante, la façon dont ces différences émergent lors des phases de planification et de mise en œuvre révèle en outre comment les filles et les jeunes femmes sont souvent victimisées et catégorisées. On considère souvent que les filles et les jeunes femmes racialisées nées au Canada ou arrivées au pays depuis longtemps ont vécu les mêmes expériences que les immigrantes récentes ou les nouvelles arrivantes au Canada.

Apprendre des communautés racialisées

Lorsque nous avons questionné les fournisseurs de services à propos de leur expérience de travail avec les filles et les jeunes femmes racialisées, ceux-ci ont partagé de nombreux points de vue.

J'ai appris que ce n'est pas parce qu'elles ne sont pas des nouvelles arrivantes qu'elles n'éprouvent aucune difficulté.

(OTTAWA)

Les besoins des filles et des jeunes femmes racialisées sont en constante évolution. Elles doivent comprendre comment harmoniser leur propre culture à la culture canadienne, s'intégrer au système scolaire, se faire des amies, trouver du travail . . . c'est différent pour elles à divers moments.

(BRAMPTON)

Nous devons gagner leur confiance, et c'est une question d'apprentissage. Auparavant, nous ne savions pas comment répondre aux besoins particuliers de certaines familles, besoins que les autres familles ne ressentent pas nécessairement.

(WINDSOR)

Nous devons nous efforcer de véritablement comprendre les connaissances et les différences culturelles.

(HAMILTON)

Je crois que les jeunes femmes de nos communautés sont toujours déchirées entre leur propre culture et la culture canadienne. C'est difficile pour elles car, à la maison, elles ne sont pas assez espagnoles, mais à l'extérieur, elles ne trouvent pas leur place non plus. Il s'agit d'un problème épiqueux.

(ST. CATHARINES)

C'est très facile de sous-estimer ces filles et leurs aptitudes en raison des stéréotypes, mais une fois qu'elles sont à l'aise avec vous et avec le groupe, elles sont dynamiques et pleines de vie! On croit à tort qu'elles ne sont pas actives ou qu'elles n'en ont rien à faire de bouger ou de faire du sport, mais elles aiment réellement être mises au défi.

(HAMILTON)

Les commentaires précédents révèlent que la prestation de services aux filles et aux jeunes femmes racialisées ne constitue pas uniquement une tâche unidimensionnelle. Saisir la façon dont les filles et les jeunes femmes racialisées composent avec la société canadienne et leur propre communauté ethnique s'avère primordial pour comprendre leurs besoins et mettre sur pied des programmes personnalisés qui répondent à leurs préoccupations. Cette habileté s'avère souvent complexe puisqu'elle demande d'adopter certaines valeurs et connaissances de la culture canadienne dominante et de les marier aux valeurs et connaissances prônées par sa propre communauté ethnique. La notion de « connaissances culturelles » découle de l'idée selon laquelle les communautés racialisées véhiculent un ensemble unique de notions sur le monde, la santé, le sport, le mouvement et le corps.

Comprendre l'expérience de vie des communautés racialisées

Comprendre le quotidien des filles et des jeunes femmes racialisées et les négociations habituelles qu'elles doivent engager s'avère essentielle pour saisir leurs notions. Les commentaires ci-après témoignent des négociations et des préoccupations complexes liées à l'appartenance :

Je me demandais pourquoi Christina ne mangeait pas son lunch.

Sa mère avait préparé des haricots noirs et d'autres aliments mexicains.

C'est lorsqu'on s'y attend le moins qu'elles nient leur appartenance. Christina ne mangeait pas, non pas parce qu'elle n'aimait pas ce qu'il y avait dans son assiette, mais plutôt parce qu'elle voulait faire partie du groupe. Elles ne veulent pas être différentes. C'est une honte de les rejeter parce qu'elles mangent de bons aliments. Au lieu de cela, elles ont honte parce que leur bouffe est différente.

Leurs mets sont bien meilleurs qu'un sandwich au pain blanc! C'est triste.

(ST. CATHARINES)

La semaine dernière, un festival multiculturel avait lieu à l'école secondaire catholique locale. Beaucoup de filles avec qui je travaille y sont allées pour participer aux danses et aux autres activités. Certaines d'entre elles voulaient porter leur robe africaine, car cela fait partie de leur héritage et de leur culture, tandis que d'autres leur ont dit quelque chose du genre « nous sommes au Canada, nous ne portons plus cela maintenant ».

(LONDON)

Les commentaires précédents font partie du présent document pour quelques raisons. Tout d'abord, la négociation au sujet de la nourriture et des habits traditionnels suggère un important besoin de s'intégrer dans la société canadienne. Ce constat est attribuable au désir de ne pas mettre l'accent sur la différence en mangeant des aliments différents ou en portant un habit traditionnel. Il semble ensuite que le déni des connaissances culturelles et des coutumes poussent les filles et les jeunes femmes racialisées à croire que la différence est négative et que l'accaptement est fragile et temporaire. Elles nient leur identité lorsqu'immédiatement dans la société canadienne, et l'appartenance devient complexe au chapitre des indices de différence comme la nourriture et les habits.

Les commentaires suivants font également état de l'expérience de vie des jeunes racialisées et de la façon dont elles s'intègrent au système scolaire. Même après plusieurs années passées au Canada, les filles et les jeunes femmes racialisées sont souvent perçues comme des nouvelles arrivantes ou des immigrantes qui ne connaissent pas le mode de vie canadien et qui ne sont pas à leur place.

J'ai appris qu'il existe de nombreuses frustrations au sujet du système scolaire.

Certains enfants, après tout ce temps, sont encore dans des classes ASL.

Je comprends le système et suis d'accord avec le fait que ces jeunes doivent maîtriser l'anglais, mais je comprends aussi leur point de vue : à 19 ou à 20 ans, ils seront encore à l'école secondaire. Les parents seront frustrés et demanderont « pourquoi est-ce si long? » Il s'agit d'une préoccupation, puisque les étudiants ne peuvent pas trouver d'emploi et sont mécontents. Et les parents vivent le même cycle.

(ST. CATHARINES)

Il y a beaucoup de frustration parmi les jeunes femmes noires à qui nous offrons des services, car elles se sentent constamment sous-estimées et méprisées, et ce, en dépit du fait qu'elles soient ici depuis longtemps, qu'elles maîtrisent l'anglais et qu'elles réussissent à l'école. Les forces culturelles qui les ont étiquetées sont très néfastes et ont une incidence sur leur opinion d'elles-mêmes.

(TORONTO)

Les commentaires précédents indiquent que les fournisseurs de services sont bien au fait des stigmatisations sociales persistantes auxquelles sont confrontées les filles et les jeunes femmes racialisées. En dépit du fait qu'elles aient adopté les coutumes canadiennes en ce qui a trait à la langue, à l'éducation et à leur participation au marché du travail, elles subissent toujours une certaine forme d'oppression qui mine leur estime d'elles et leur participation à la vie communautaire.

QUE DOIT-ON AMÉLIORER?

Cette dernière section met en relief la discussion des fournisseurs de services à propos de la façon dont l'offre de programmes et de services destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées pourrait être améliorée, en réponse à la question suivante :

- *Dans quelle mesure les programmes pourraient-ils être modifiés de sorte à satisfaire les besoins des filles et des jeunes femmes racialisées?*

Dans la présente section, les commentaires lèvent le voile sur plusieurs thèmes communs. La compréhension des besoins et l'établissement d'une relation avec la famille dans son ensemble, l'approfondissement des notions entourant le sport, l'activité physique et les saines habitudes de vie, l'optimisation de la participation directe des communautés racialisées et la sensibilisation des fournisseurs de services et des décideurs en ce qui a trait à la race, au racisme et à la discrimination s'avèrent des éléments essentiels à l'amélioration des services destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées.

Nouer des relations avec la famille

La nécessité de comprendre les besoins des familles racialisées constituait une des principales préoccupations des fournisseurs de services. Cela s'est révélé particulièrement vrai pour ceux qui travaillent avec les groupes d'âge plus jeunes. Les parents semblent souvent réticents à permettre à leurs filles de pratiquer un sport ou une activité physique pour différentes raisons, y compris le fait de jouer avec les garçons (Ottawa), le manque de confiance et de sécurité (Windsor) ou les préoccupations d'ordre religieux (Hamilton).

Je crois qu'en mettant les parents de notre côté, les enfants suivront.

Les parents sont parfois incertains de ce que leurs enfants entreprennent et se sentent très mal à l'aise avec cette idée. Nous devons les convaincre que le fait de s'amuser, que ce soit en pratiquant un sport ou une activité physique, constitue une partie importante du développement de l'enfant.

(OTTAWA)

Je suis très proche des familles et elles me font confiance lorsque je m'occupe de leurs enfants. Je fais un suivi auprès de ces familles depuis des années, alors elles sont à l'aise quant aux activités que je souhaite faire, qu'il s'agisse de jouer au soccer ou de cuisiner un plat santé.

(HAMILTON)

Solliciter l'appui des parents fait nettement pencher la balance. Ce sont eux qui reconduisent leurs enfants et qui déboursent pour les programmes. Si nous arrivons à diffuser le message selon lequel les programmes que nous offrons sont amusants et de qualité, nous connaîtrons plus de succès.

(BRAMPTON)

Nouer des relations avec les parents et les tuteurs des filles et des femmes racialisées s'avère crucial pour répondre aux préoccupations qui peuvent limiter le soutien qu'ils offrent à leurs filles au chapitre du sport et de l'activité physique.

Élargir les options relatives au sport, à l'activité physique et aux saines habitudes de vie

Les discussions du groupe réunissant les fournisseurs de services ont révélé la nécessité d'élargir les programmes de sport et d'activité physique afin d'inclure des activités « non traditionnelles » (selon les standards canadiens). Les expériences en matière de sport et d'activité physique de nombreuses filles et jeunes femmes racialisées se limitent aux cours d'éducation physique offerts à l'école, ce qui

restreint souvent la quantité et le type d'activités fournies. Pour la multitude de raisons exprimées précédemment (c.-à-d., le temps, l'école, le travail, la famille, etc.), beaucoup de filles et de jeunes femmes racialisées ne pratiquent pas de sport ou d'activité physique à l'extérieur de l'école, particulièrement pendant l'adolescence. Dans l'optique de rehausser la participation des filles et des jeunes femmes racialisées, les fournisseurs de services ont suggéré d'élargir la programmation afin d'inclure des activités comme le yoga, la danse, la lutte, les arts martiaux et les cours d'autodéfense.

Il existe un préjugé selon lequel les filles racialisées vont aimer ce qu'elles voient à la télévision. Ce n'est pas le cas — je connais beaucoup de filles racialisées qui souhaitent essayer des activités comme la boxe, la lutte et les arts martiaux. Si nous pouvions offrir ces activités, ce serait génial, et je crois que cela nous permettrait d'attirer beaucoup plus de gens.

(BRAMPTON)

Pourquoi pas des activités comme le cricket, la natation ou quelque chose d'autre que le basket-ball ou le soccer? Beaucoup des filles qui viennent au centre aimeraient pratiquer la natation, car elles ne savent pas vraiment nager et qu'il s'agit d'une habileté à acquérir et à posséder.

(TORONTO)

Nombre des filles qui fréquentent le centre parlent d'escalade, d'arts martiaux ou de danse. À l'école, elles sont exposées à une multitude de sports comme le soccer et le basket-ball, et elles doivent être très bonnes, sinon elles ne sont pas prises dans l'équipe. Beaucoup d'entre elles ne vont même pas à leurs cours d'éducation physique pour cette raison.

(THUNDER BAY)

En offrant un programme inclusif, tout le monde peut participer. Nous ne laissons personne de côté. Écouter vos commentaires s'est avéré aujourd'hui très intéressant, car notre organisme tente une approche multiculturelle et nos programmes sont par conséquent ouverts. Le fait de proposer une programmation variée et de tenir une journée portes ouvertes semble aussi bien nous servir.

(ST. CATHARINES)

D'après les commentaires précédents, il est profitable de faire un sondage auprès des filles et des jeunes femmes racialisées à propos de leurs intérêts afin de soutenir la création de programmes qui tiennent compte de leurs besoins et intérêts. Les commentaires formulés par les participants et participantes aux groupes de

discussion indiquent que les fournisseurs de services doivent aller au-delà de la programmation traditionnelle afin de proposer aux filles et aux jeunes femmes racialisées des expériences nouvelles et diversifiées au chapitre du sport et de l'activité physique.

Communication et promotion efficaces auprès des communautés racialisées

Un des principaux points à améliorer recensé par les fournisseurs de services était lié à la promotion des programmes. Celle-ci a souvent été considérée en tant qu'obstacle en raison des budgets promotionnels limités et des difficultés à joindre les groupes cibles afin de diffuser les détails des services communautaires offerts.

Comme je l'ai déjà mentionné, nous ne disposons pas de fonds pour la promotion ou la publicité. La diffusion s'avère par conséquent difficile. Nous offrons des programmes intéressants, mais nous devons faire en sorte que les gens en profitent. Il s'agit d'un gros problème pour nous.

(ST. CATHARINES)

Nous devons trouver le moyen d'entrer davantage en contact avec les communautés racialisées, mais je ne suis pas certain de la façon dont nous devons nous y prendre. Ce qui serait génial, c'est que les amies parlent à leurs amies et leur vantent le programme . . .

(OTTAWA)

Nous nous appuyons beaucoup sur les membres de la collectivité qui ont eu recours à nos services pour diffuser le message. J'aimerais utiliser d'autres moyens comme une liste d'envoi ou une brochure publicitaire.

(WINDSOR)

Le fait de diffuser le message dans les écoles aiderait peut-être. Avoir accès aux écoles pourrait s'avérer difficile, mais cela pourrait inciter davantage de jeunes à participer à notre programme.

(BRAMPTON)

Résister à la généralisation au sujet des membres de communautés racialisées

Finalement, un des plus importants domaines de préoccupation et d'amélioration avait trait à la résistance à l'essentialisation des communautés racialisées. En règle générale, le sport, l'activité physique et les saines habitudes de vie sont ancrés dans les notions dominantes et normalisées de jeu, de mouvement, de niveau

d'habileté et de santé. Bon nombre de fournisseurs de services ont critiqué le fait d'approcher des groupes ethniques de cet angle et estiment qu'il existe une stratégie alternative nécessaire pour répondre aux besoins uniques des filles et des jeunes femmes racialisées et particulièrement pour aborder les enjeux contemporains relatifs à la différence.

En tant que travailleur auprès des jeunes, je crois qu'il est important d'apprendre à connaître les différentes cultures et de prendre le temps de s'y intéresser. On ne devrait par conséquent pas croire que tous les musulmans sont identiques : certains aspects peuvent s'apparenter, mais certains autres seront complètement différents. Le fait de catégoriser tout le monde de la même culture ou de la même race n'est pas acceptable et entraîne un manque de compréhension.

(BRAMPTON)

Nous avons collé des étiquettes à absolument tout! Nous devons être noir ou blanc, et dès qu'un jeune possède plusieurs identités, entre les deux, les problèmes commencent pour tout le monde. Les enseignants, les parents, les agences gouvernementales ont un problème avec l'identité de ces jeunes . . . Je crois qu'il est important de comprendre que ce n'est pas simplement parce que les jeunes ont certains antécédents qu'on doit nécessairement leur rendre la vie pénible. Nous devons aussi leur donner la chance d'explorer ces identités multiples au Canada.

(ST. CATHARINES)

C'est aussi le cas pour notre activité de basket-ball. Comme ce sport suscite généralement la participation de tous les jeunes noirs, on véhicule le stéréotype selon lequel le basket-ball est un sport s'adressant seulement aux enfants noirs. Cette situation se produit dans bien des centres communautaires, car ces jeunes s'entraînent au centre et font aussi partie de l'équipe de leur école.

(OTTAWA)

Bien que certains des commentaires précédents ne traitent pas explicitement de la vie active, nous devons néanmoins comprendre l'impact des stéréotypes sur les comportements sains des filles et des jeunes femmes racialisées. Comme l'explique Abdel-Shehid & Kalman-Lamb (2012), la racialisation et le sport sont étroitement liés, et nous ne pouvons oublier que les stéréotypes et les préjugés raciaux s'insinuent aussi dans notre compréhension dominante du sport et des saines habitudes de vie. Le refus de céder aux stéréotypes qui persistent au sujet des communautés racialisées demeure un défi auquel sont confrontés de

nombreux fournisseurs de services, particulièrement dans le cas des filles et des jeunes femmes racialisées qui sont souvent perçues comme étant passives, dociles et inactives. (George & Rail, 2005).

À la lumière des résultats présentés dans les deux dernières sections, le présent rapport abordera maintenant les recommandations visant à améliorer l'offre de programmes de vie saine aux filles et aux jeunes femmes racialisées et leur utilisation.

V

Recommandations visant à susciter la participation des filles et des jeunes femmes racialisées

Les recommandations proposées ci-après s'appuient sur les résultats partagés dans le présent rapport. L'élément clé visant à combler les lacunes et à comprendre la différence raciale revêt un aspect à la fois idéologique et pratique et nécessite un examen de toutes les institutions, y compris les écoles et les organismes communautaires qui assurent la promotion du sport, de l'activité physique et de la santé, de même que les agences d'administration municipales, provinciales/territoriales et nationales. Les politiques et les pratiques organisationnelles complémentaires visant à combler les lacunes exigent en outre que les individus analysent leur propre pratique ainsi que son impact sur la participation des filles et des jeunes femmes racialisées.

ÉLÉMENT CLÉ I — L'ÉDUCATION À PROPOS DE LA DIFFÉRENCE CULTURELLE ET RACIALE

L'ensemble du personnel et des bénévoles travaillant directement ou indirectement avec les filles et les jeunes femmes racialisées et leur famille doivent être formés pour composer avec la différence et les diversités des communautés racialisées. Cette pratique fera en sorte que les programmes, les services et les environnements seront inclusifs par rapport aux divers besoins des filles et des jeunes femmes racialisées et permettra d'éviter les préjugés et les stéréotypes. Les filles et les jeunes femmes qui ont pris part aux groupes de discussion ont indiqué que leur apparence physique s'avérait souvent une importante marque d'identité. Les préjugés à propos des

croyances de leur communauté culturelle ou ethnique, comme les idées à propos des femmes, de leurs aptitudes, de leur vision du monde et de leur présumée réticence à s'intégrer dans la culture et dans la société canadienne influencent donc négativement leur vie quotidienne, y compris leur pratique du sport et de l'activité physique.

RECOMMANDATIONS :

- **Renseignez-vous** — devenez maître dans l'art de résoudre ces questions au sein de votre organisation ou de votre collectivité. Vous n'avez pas besoin d'être un spécialiste, mais vous devez être apte à poser des questions complexes et à adopter des mesures qui appuieront le changement.
- **Offrez de la formation** — proposez une formation de sensibilisation culturelle et antiraciste obligatoire pour tous les employés et bénévoles. Offrez des occasions de perfectionnement professionnel en mettant les employés et les bénévoles en relation avec les ressources disponibles, en proposant des conférences, etc. Ces occasions rehausseront la sensibilisation aux principales préoccupations et serviront de tribune pour poser des questions et débattre des scénarios problématiques et délicats.
- **Soyez précis** — prenez le temps d'en apprendre sur les différents groupes religieux, culturels et ethniques de votre collectivité — par ex., les coutumes, l'habillement et les habitudes alimentaires, les attitudes, l'histoire politique et géographique, etc. Veillez à ne pas entretenir de préjugés ni à véhiculer les stéréotypes : les communautés racialisées sont diversifiées et complexes. Consultez les parents, les leaders communautaires et les participantes aux programmes afin de comprendre les croyances culturelles et religieuses qui doivent être prises en compte pour permettre aux filles et aux jeunes femmes racialisées de participer aux activités (par ex., environnement uniquement réservé aux femmes, annulation de certaines activités, attentes des jeunes femmes, etc.).
- **Poursuivez les efforts** — les obstacles qui limitent la participation et le leadership des communautés racialisées ne seront pas vaincus en une journée. Offrez une tribune à l'occasion de laquelle les communautés racialisées peuvent attirer l'attention sur les obstacles persistants (y compris le racisme) et participer à la mise en œuvre d'une solution. Tissez des liens avec les leaders communautaires afin de favoriser une communication régulière et honnête. Par exemple, des rencontres communautaires régulières ou des événements sociaux regroupant les membres de la communauté et du personnel de planification, des discussions informelles, de simples sondages, etc.

ÉLÉMENT CLÉ II — LA MISE EN ŒUVRE DE PROGRAMMES CIBLÉS

Selon l'ouvrage intitulé *Culture Counts: A Guide to Best Practices for Developing Health Promotion Initiatives in Mental Health and Substance Use with Ethnocultural Communities*, l'utilisation d'une approche unique visant à promouvoir la santé n'est pas seulement inefficace, mais elle ne soutient également pas la notion d'égalité. Pour l'ACAFS, l'égalité des sexes requiert qu'on propose aux filles et aux jeunes femmes une gamme complète de choix de programmes et d'activités qui tiennent compte de leurs besoins, de leurs intérêts et de leurs expériences (ACAFS, 2011). Les résultats obtenus auprès des groupes de discussion appuyaient une approche nuancée de l'offre de programmes qui lève les obstacles uniques avec lesquels doivent composer les filles et les jeunes femmes racialisées et qui prend leurs différents intérêts en compte. Les éléments essentiels mentionnés par les participantes avaient trait au plaisir, au caractère abordable, à l'accessibilité des programmes et au fait de pouvoir passer du temps avec leurs amies.

RECOMMANDATIONS :

- **Discutez avec les filles** — consultez les filles et les jeunes femmes racialisées concernées en ce qui a trait aux programmes et à leur tenue, y compris l'horaire (jour de la semaine, heure de la journée), la durée, l'emplacement, les activités, les niveaux de compétition, les leaders, etc. Tenez compte des fêtes religieuses, des périodes d'examen, des autres programmes communautaires et même des émissions de télévision populaires lorsque vient le temps de déterminer l'horaire du programme. Éliminez de façon proactive les obstacles à la participation dans le cadre de l'élaboration du programme, y compris le coût, le transport et l'équipement disponible. Consultez les participantes sur une base régulière afin d'évaluer le programme et de modifier des éléments qui ne sont pas efficaces.
- **La diversité agrémentera la vie** — les participantes aux groupes de discussion n'étaient souvent pas au courant de la variété d'activités offertes dans leur collectivité ou qui restreignaient leur participation à des activités « traditionnellement » réservées aux femmes. En gardant les préoccupations culturelles et religieuses en tête, créez des occasions qui permettront aux filles et aux jeunes femmes d'essayer quelque chose de nouveau. Intégrez des activités traditionnelles et non traditionnelles, encouragez les membres de la collectivité à agir en tant qu'instructeurs et instructrices invités et à partager leur passion pour le sport et leurs intérêts et assurez la promotion des activités communautaires en visitant les piscines, les arénas, les terrains de jeu, les centres d'escalade et les parcs.
- **Bougez plus!** — afin d'influencer de façon positive la santé des filles et des jeunes femmes racialisées, les programmes de qualité doivent leur fournir

l'occasion d'être actives en pratiquant un sport ou une activité physique et en faisant des choix alimentaires sains. Les directives canadiennes en matière d'activité physique recommandent aux enfants et aux jeunes de pratiquer 60 minutes d'activité physique modérée ou vigoureuse par jour (SCPE, 2011).

- **Prenez part à l'initiative *En mouvement!*** — l'initiative nationale *En mouvement!* de l'ACAFS propose une liste des dix grands facteurs de réussite qui permettent la mise en œuvre de programmes destinés aux filles et aux jeunes femmes. Parmi les principales caractéristiques, mentionnons l'accent mis sur le plaisir, le fait d'offrir des activités réservées uniquement aux femmes et la possibilité d'améliorer leurs aptitudes dans un environnement sécuritaire et favorable. Pour plus d'information, visitez le www.caaws.ca/onthemove.

ÉLÉMENT CLÉ III — LA DIVERSIFICATION DU LEADERSHIP

Selon George Dei, un universitaire antiraciste de grande renommée, le « corps a de l'importance » lorsqu'il s'agit des effets de la représentation visible au sein des communautés racialisées (cité en Aguiar et al., 2000). Les filles et les jeunes femmes racialisées ainsi que les fournisseurs de services ont tous souligné l'importance de la participation des membres de la communauté dans l'élaboration et l'offre de programmes efficaces. Cela est d'autant plus vrai pour les programmes de sport et d'activité physique dans le cadre desquels la présence de leaders appartenant à la communauté ethnique rehaussera la crédibilité du programme et de l'organisme ainsi que le niveau de réconfort des parents et des participantes.

RECOMMANDATIONS :

- **Recrutez** — recrutez différents employés et bénévoles de façon proactive afin de rehausser la représentation des groupes ethniques au sein de votre organisme et optimisez le rendement organisationnel et le processus de prise de décisions. Demandez aux membres des communautés ciblées d'agir à titre d'ambassadrices d'un programme ou d'un service offert par votre organisme — athlètes, entraîneuses, leaders religieuses ou culturelles, membres de la communauté d'affaires, etc. Créez des partenariats avec d'autres organismes qui desservent les groupes ethniques de votre collectivité, par exemple, les organismes religieux, culturels, sportifs ou de services.
- **Embauchez plusieurs leaders féminines** — les programmes destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées devraient être dirigés par des leaders féminines appartenant elles aussi à une minorité visible. Cette pratique permettra de tenir compte des croyances et des pratiques culturelles nécessitant des environnements

uniquement réservés aux femmes et de présenter des modèles féminins positifs aux participantes, à leur famille et aux autres employés et bénévoles. Invitez d'autres femmes à s'engager en étant conférencières et instructrices, à faire découvrir aux participantes du programme une multitude de nouveaux sports et à offrir des séances éducatives uniques.

- **Soulignez le succès** — renforcez la capacité et appuyez les réussites futures en proposant aux jeunes employés une formation et en mettant en œuvre des initiatives de leadership auprès des jeunes — les obstacles sociaux et systémiques pourraient avoir restreint les occasions de leadership et de perfectionnement des compétences des jeunes racialisées.

ÉLÉMENT CLÉ IV — L'ÉLIMINATION DES OBSTACLES SYSTÉMIQUES

L'élimination des obstacles systémiques nécessite de se pencher sur les politiques et les pratiques qui empêchent injustement les membres des groupes désignés à s'engager dans une organisation particulière. Selon Agócs (2004), les obstacles systémiques sont des schémas de comportement, des politiques ou des pratiques qui font partie des structures sociale ou administrative d'une organisation et qui créent ou entretiennent une position de désavantage pour les personnes racialisées. Les obstacles systémiques comprennent le manque d'accommodation et de souplesse au sujet de l'habillement, le besoin d'espaces uniquement réservés aux femmes, les options d'activité limitées, l'accès restreint dû à l'endroit où le programme a lieu et aux méthodes de coût et d'inscription ainsi que les pratiques qui ne prônent pas l'embauche d'employés et de bénévoles issus des communautés racialisées. Le fait de porter une attention pointilleuse aux obstacles systémiques nécessite un examen approfondi de la culture organisationnelle sur laquelle s'appuient la conception et la mise en œuvre des programmes destinés aux filles et aux jeunes femmes racialisées, et ce, afin de maximiser leur participation.

RECOMMANDATIONS :

- **Adoptez des politiques** — élaborez et adoptez des politiques qui soutiennent l'offre de programmes et de services de qualité qui assurent la promotion de saines habitudes de vie auprès des communautés racialisées. Passez en revue les politiques d'égalité des sexes, de ressources humaines, de subvention, de harcèlement et d'antidiscrimination, de même que les politiques et les pratiques liées à l'attribution des installations et du financement.
- **Fixez la priorité** — la société canadienne devient de plus en plus diversifiée. Afin d'assurer leur succès, les fournisseurs de services de sport et d'activité

physique dont le mandat est de servir leur collectivité doivent répondre aux besoins des communautés racialisées et encourager leur participation aux programmes. Analysez les politiques ou le mandat de votre organisme et actualisez-les afin qu'ils reflètent la diversité de la collectivité dans laquelle vous œuvrez. Cette pratique mettra clairement en relief votre engagement dans la collectivité et incitera les employés et les bénévoles à changer leur approche. Évaluez les programmes et les services afin de recenser les obstacles et les possibilités d'amélioration.

- **Nouez des partenariats** — établissez des partenariats et collaborez avec différents organismes desservant les communautés racialisées. Ces occasions rehausseront votre compréhension des besoins de la communauté, la promotion du programme et la communication, réduiront la duplication des services et renforceront votre crédibilité.
- **Le daltonisme ne signifie pas l'égalité** — de nombreux organismes estiment que la plus importante contribution qu'ils peuvent faire dans la création d'une culture plus inclusive est de ne pas voir les couleurs. Autrement dit, la race, la religion ou l'héritage culturel d'une personne ne sont pas pertinents, et les gens doivent être traités de la même façon. Bien qu'une approche dite « daltonienne » semble compatissante et juste, elle ne tient pas compte des différents besoins, atouts et perspectives des individus et des communautés. Les individus et organismes résolus à accroître l'égalité et la participation des filles et des jeunes femmes racialisées et des autres membres de communautés racialisées devraient plutôt reconnaître et célébrer la différence et concevoir des programmes et des services qui s'appuient sur les besoins, les intérêts et les expériences des groupes ciblés.

ANNEXE A

Distribution et composition des groupes de discussion

| Lieu — groupe de discussion | Nombre de participant(e)s (filles/jeunes) | Nombre de participant(e)s (fournisseurs de services) | Commentaires |
|-----------------------------|---|--|--|
| Ottawa | 22 | — | • Jeunes femmes âgées de 12 à 18 ans |
| Ottawa | 12 | — | • Filles âgées de 8 à 12 ans |
| Ottawa | — | 10 | • Fournisseurs de services de la région |
| St. Catherines | 10 | 9 | • Jeunes femmes âgées de 12 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Brampton | 8 | 2 | • Jeunes femmes âgées de 14 à 16 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Brampton | 15 | 8 | • Jeunes femmes âgées de 14 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Toronto | 12 | 2 | • Jeunes femmes âgées de 12 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Toronto | 15 | 7 | • Jeunes femmes âgées de 12 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Hamilton | 11 | 7 | • Filles et les jeunes femmes âgées de 9 à 14 ans • Fournisseurs de services de la région |
| London | 10 | 7 | • Jeunes femmes âgées de 14 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Windsor | 10 | 8 | • Jeunes femmes âgées de 12 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| Thunder Bay | 25 | 8 | • Filles et les jeunes femmes âgées de 9 à 18 ans • Fournisseurs de services de la région |
| North Bay | — | 3 | • Conférences téléphoniques avec différents fournisseurs de services |
| TOTAL À CE JOUR: | 150 | 71 | |

ANNEXE B

Questions à l'intention des filles et jeunes femmes racialisées des groupes de discussion

Notions en matière d'activité physique

- Que signifient pour vous «être en bonne condition physique», «être en forme» et «être en santé»?
- Quels mots-clés utiliseriez-vous pour définir le sport et l'activité physique?
- Pouvez-vous me décrire à quoi ressemble une personne en santé?
- Quelles seraient ses qualités? Y a-t-il des différences par rapport aux hommes?
- Comment/Pourquoi «être en bonne condition physique» est-il différent/similaire pour les hommes et les femmes?
- Que pensez-vous des femmes ou des filles qui pratiquent un sport ou une activité physique?
- Croyez-vous que cela devrait être une priorité pour les filles et les femmes? Les garçons et les hommes?
- Être en santé est-il important pour vous? Jusqu'à quel point? Pour quelles raisons?
- Qu'est-ce que cela signifie si une personne n'est pas en santé? Avez-vous souvent l'occasion de rencontrer des gens qui ne sont pas en santé? Selon vous, comment en sont-ils arrivés là?

Sources d'information en ce qui a trait aux notions relatives au sport et à l'activité physique

- D'où proviennent vos idées sur le sport et l'activité physique, à votre avis? Pourquoi?
- Où trouvez-vous de l'information sur le sport et l'activité physique? Y a-t-il beaucoup d'informations qui circulent à ce sujet? Ces informations vous intéressent-elles? Pourquoi/Pourquoi pas?

- De quelle façon apprenez-vous à être active? De quelle façon apprenez-vous à rester inactive, et les conséquences qui en découlent?
- Les médias sont-ils utiles dans ce contexte? Pourquoi/Pourquoi pas? Lesquels? De quelle façon?

Culture, condition physique et activité physique

- Vos parents partagent-ils vos convictions à propos du sport et de l'activité physique? À votre avis, pourquoi est-ce ainsi?
- En quoi vous ressemblent-ils (sont-ils différents)? À votre avis, pourquoi est-ce ainsi?
- Quand vous étiez plus jeune, y a-t-il eu d'autres activités/événements ou expériences qui pourraient avoir contribué à modifier ou à confirmer vos idées concernant le sport et l'activité physique?
- Est-ce que vous vous impliquez dans votre communauté? De quelle façon?
- Quels sont les avis et les opinions qui circulent au sein de votre communauté concernant le sport et l'activité physique? En quoi sont-ils similaires (ou différents) par rapport aux vôtres? Pour quelles raisons?
- Croyez-vous que votre culture/religion puisse avoir une influence quelconque sur vos activités sportives et physiques? De quelle façon?
- Regardez-vous des films à connotation culturelle?
- Mangez-vous des aliments associés à votre culture?
- De quelle façon vous identifiez-vous?
- Connaissez-vous les expressions « blanchi à la chaux » et « noix de coco »?

Intégration du sport et de l'activité physique à la vie au quotidien

- Votre santé vous préoccupe-t-elle? Pourquoi/pourquoi pas?
- Adopter un mode de vie sain fait-il partie de vos priorités? Pourquoi/pourquoi pas?
- Participer à un sport ou à une activité physique a-t-il de l'importance pour vous? Pourquoi/pourquoi pas?
- Avez-vous du plaisir à pratiquer un sport ou une activité physique? Pourquoi/pourquoi pas? Lesquels?
- Croyez-vous être en santé? Pourquoi dites-vous cela?
- Pourquoi faites-vous du sport ou de l'activité physique, ou pourquoi vous n'en faites pas? (En quoi cela vous aide-t-il? Pourquoi faites-vous de l'exercice? Qu'est-ce qui vous motive?)

- Que faites-vous pour rester en santé? (Y allez-vous seul(e)? Combien de fois par semaine? Où : à l'extérieur/dans un gymnase/une école/membre d'une équipe sportive/? Combien cela coûte-t-il? Connaissez-vous d'autres installations, d'autres programmes?)
- Qu'est-ce qui vous empêche d'être en meilleure santé? de participer davantage à des activités sportives et physiques?
- Que pourriez-vous faire pour améliorer votre santé?
- À votre avis, pratiquer un sport ou une activité physique a-t-il une incidence sur la santé? de quelle façon?
- Que pensez-vous de votre apparence physique, de votre corps en général? Êtes-vous satisfait(e) de votre apparence physique?

ANNEXE C

Questions à l'intention des fournisseurs de services des groupes de discussion

Prestation de services actuelle

- Pouvez-vous m'expliquer votre rôle au sein de l'organisation?
- Quels types de services offrez-vous?
- Votre organisation offre-t-elle des programmes et des services axés spécifiquement sur les filles et les jeunes femmes? (à l'heure actuelle ou dans le passé)
- Votre organisation offre-t-elle des programmes et des services axés spécifiquement sur certains groupes ethniques ou racialisés?
- Quels facteurs prenez-vous en considération au moment de planifier un programme et/ou un service?
- Tenez-vous compte des besoins d'une communauté en particulier au moment de la planification? Pouvez-vous me donner un exemple? Comment faites-vous pour déterminer ces besoins?

Stratégies de mobilisation

- Les jeunes filles et les jeunes femmes racialisées participent-elles aux programmes de sport et d'activité physique offerts par votre organisation?
- Selon vous, quelles sont les principales raisons qui poussent les jeunes filles et les jeunes femmes à participer aux programmes/services que vous offrez?
- Qu'avez-vous appris concernant le fait d'offrir des programmes aux jeunes filles et jeunes femmes racialisées? Quelles sont les caractéristiques les plus importantes d'un tel programme?
- Quelles sont les stratégies utilisées pour mobiliser ces filles et ces jeunes femmes et les inciter à participer? Qu'est-ce qui a fonctionné, et qu'est-ce qui n'a pas fonctionné?
- Mis à part le sport et l'activité physique, trouvez-vous que les filles et les jeunes femmes racialisées sont intéressées à d'autres aspects d'un mode de vie sain, par exemple, aux bonnes habitudes alimentaires? Et qu'en est-il de l'usage du tabac? Vos programmes s'intéressent-ils à ces enjeux?

- Êtes-vous préoccupé(e) par les habitudes alimentaires ou autres enjeux en matière de santé susceptibles d'avoir une incidence sur les filles et les jeunes femmes racialisées?
- Quelles sont les stratégies utilisées pour tenir compte de l'avis des filles et des jeunes femmes racialisées au moment de la planification des programmes et de la prise de décisions? Qu'est-ce qui a fonctionné, et qu'est-ce qui n'a pas fonctionné?
- Quelles sont les stratégies utilisées pour tenir compte de l'avis des filles et des jeunes femmes racialisées au moment de la prestation des programmes? Qu'est-ce qui a fonctionné, et qu'est-ce qui n'a pas fonctionné?
- Que faites-vous personnellement pour motiver ou mobiliser les filles et les jeunes femmes, et les inciter à participer aux programmes/services que vous offrez en ce qui a trait au sport et à l'activité physique?

Obstacles

- Selon votre expérience, qu'est-ce qui empêche ou limite la participation des filles et des jeunes femmes racialisées à des activités sportives et physiques? Quels sont les besoins particuliers/principaux obstacles auxquels sont confrontées les filles et les jeunes femmes racialisées?
- Y a-t-il certains groupes ethniques ou racialisés plus difficiles à mobiliser que d'autres? Quels sont les obstacles particuliers auxquels ils font face?
- Quelles stratégies avez-vous/votre organisation a-t-elle utilisées pour faire face à ces obstacles? Qu'est-ce qui a fonctionné, et qu'est-ce qui n'a pas fonctionné?
- Quels sont les défis que vous/votre organisation avez dû relever au moment de la prestation des programmes ciblés ou pour répondre aux différents besoins des jeunes filles et jeunes femmes racialisées?
- À votre avis, quel est le défi le plus important à relever au moment d'offrir des services et des programmes à certaines communautés spécifiques?
- Avez-vous suffisamment de financement pour mettre en place les programmes et les services que vous voulez au sein de votre communauté? Si ce n'est pas le cas, quelles sont les priorités/à quoi devez-vous souvent renoncer?
- Quelles sont les lacunes à l'heure actuelle au niveau de la prestation des programmes et des services au sein de votre communauté?
- Quelles sont les améliorations à apporter aux programmes et services offerts à l'heure actuelle?

Idées originales

- Selon votre expérience, quel serait le programme/service idéal pour les jeunes filles et jeunes femmes racialisées? Décrire les principales caractéristiques de ce programme, les activités, etc.
- Qu'est-ce qui vous empêche de le réaliser?
- Selon vous, que doit-on faire pour améliorer la prestation de programmes et de services à l'intention des filles et des jeunes femmes racialisées, et faire en sorte qu'elles adoptent en plus grand nombre un mode de vie sain et actif?

Références

- Abdel-Shehid, G. et Kalman-Lamb, N. (2012). *Out in left field. Social inequality and sport*. Winnipeg : Fernwood Publishing.
- Agócs, C. (2004). Surfacing racism in the workplace: Qualitative and quantitative evidence of systemic discrimination, *Canadian Diversity/Diversité Canadienne*, 3(3), 25-28.
- Aguiar, M., Calliste, A. et Dei, G. (2000). *Power, knowledge and anti-racism education — A critical reader*. Winnipeg : Fernwood Publishing.
- ACAFS (2011). Guide En mouvement! Ottawa : Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique.
- SCPE (2011). *Lignes directrices en matière d'activité physique pour les enfants et les jeunes*. Ottawa : Société canadienne de physiologie de l'exercice.
- Denzin, N.K. (1994). The art and politics of interpretation. In N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp.500-515). Thousands Oaks, CA: Sage.
- Galabuzi, G.E. (2006). Canada's economic apartheid : The social exclusion of racialized groups in the new century. Toronto : Canadian Scholar's Press.
- George T. et Rail. G. (2005). Barbie meets the bindi : Discursive constructions of health and fitness among second-generation South Asian Canadian Women. *Journal of Women's Health and Urban Life*. 4(2) : 44-66.
- Hyman, I. (2009). *Racism as a Determinant of Immigrant Health*. Ottawa: Strategic Initiatives and Innovations Directorate, Public Health Agency of Canada.
http://canada.metropolis.net/pdfs/racism_policy_brief_e.pdf
- IRSC (2003). L'obésité. Ottawa: Instituts de recherche en santé du Canada.
www.cihr-irsc.gc.ca/f/documents/obesityfre.pdf
- Markula, P. (1995). Firm but shapely, fit but sexy, strong but thin : The postmodern aerobicizing female bodies. *Sociology of Sport Journal* 12, 4: 424-53.

Merriam-Webster Dictionary. Page consultée le 13 juillet 2012 à l'adresse
www.merriam-webster.com/dictionary/racism

OCASI (2006). *Inclusive model for sports and recreation programming for immigrant and refugee youth*. Toronto: Conseil ontarien des organismes de service aux immigrants. <http://www.ocasi.org/index.php?catid=130>

Reinharz, S. (1992). *Feminist methods in social research*. Oxford : Oxford University Press.

Vertinsky, P., Batth, I., et Naidu, M. (1996). Racism in motion : Sport, physical activity and the Indo-Canadian female. *Avante*, 2(3) : 1-23.