

QUE FAISONS-NOUS ?

Dans cette édition, nous allons fournir une mise à jour sur le travail de l'équipe de sports et des activités CDPP adaptée aux familles.

Mise à jour de la recherche : Un premier regard aux conclusions préliminaires de l'étude de mesures nationale de l'activité physique

Dans notre premier bulletin nous avons partagé quelques résultats de la première phase de l'étude ENMAP. Depuis ce temps, nous avons lancé la version agrandie de l'étude ENMAP et nous ramassons plus d'information sur les comportements de mouvements particuliers des enfants d'âge scolaire et des adolescents handicapés. Cette information aidera avec le développement des politiques fondées sur des preuves et des programmes pour mieux servir et soutenir les enfants handicapés.

Un aperçu de l'étude ENMAP

L'étude ENMAP a été conçue pour capturer les comportements de mouvements particuliers (ex. l'activité physique, l'activité sédentaire et le sommeil) des enfants canadiens d'âge scolaire et les adolescents (âgés de 4 à 17 ans) avec tout type de handicap.

Sondage en ligne

- Les parents remplissent un sondage en ligne de 30 minutes sur les activités quotidiennes de leur enfant, leur bien-être et la façon qu'ils aident leur enfant à être actif.
- L'impact de Jumpstart ?

Entrevue

- S'ils sont capables et s'ils ont plus de 10 ans, les enfants remplissent un sondage de 45 minutes sur leur activité quotidienne, leur bien-être et leur soutien parental perçu

Fitbit®

- Les enfants porteront un Fitbit pour 30 jours.
- Nous collectionnons quotidiennement des données de rythme cardiaque et des pas pour comprendre les comportements actifs et sédentaires
- Les accéléromètres sont portés par un sous-échantillon d'enfants.

Dans cette édition

- Les mises à jour de l'étude NPAM
- Préparer pour l'automne : La planification pour but de soutenir l'activité physique de votre enfant
- Réunion du Comité consultatif des familles : Ce que les parents ont dit?
- Impliquez-vous et aidez-nous à réussir !
- Les prochaines conférences





LA PROGRESSION DES ÉTUDES : Où sommes-nous actuellement ?

Le sondage des parents

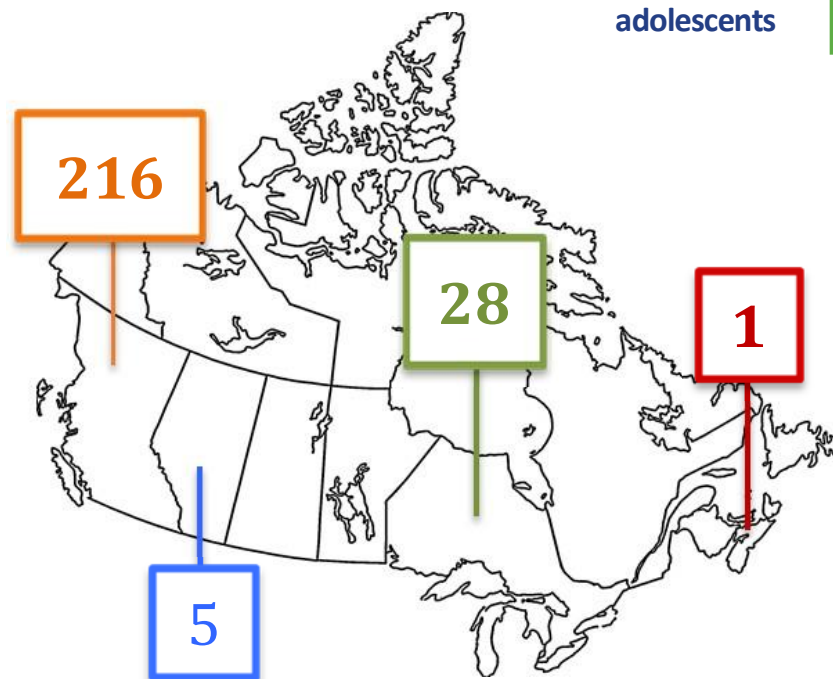
- 250 réponses complètes au sondage

Fitbit

- 30 jours de données minute par minute disponibles pour 75 participants

Les entrevues des adolescents

- 11 entrevues téléphoniques terminées



Nous recrutons toujours !

Nous aimerions que vous et/ou votre enfant contribuez à l'étude ENMAP ! Nous voulons nous assurer d'avoir un échantillon représentatif du Canada et qui **vous inclut !** Jusqu'à présent, nous avons recruté beaucoup de participants avec des déficiences intellectuelles de la Colombie-Britannique. Notre but est d'inclure plus d'enfants avec incapacités physiques et sensorielles et les enfants de **partout au Canada** pour nous assurer que notre étude représente avec précision les comportements de mouvement des enfants canadiens handicapés.

QU'AVONS-NOUS TROUVÉ JUSQU'ICI ?

Voici quelques résultats clés ! À l'aide de ces données et d'autres, nous alignerons nos constatations sur les comportements de mouvements des enfants handicapés avec les Lignes directrices canadiennes sur les mouvements de 24 heures pour les enfants et les jeunes

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

13% de l'échantillon pratique une activité physique pendant au moins 60 minutes chaque jour.

LE TEMPS SÉDENTAIRE

30% de l'échantillon utilise un smartphone ou une tablette pendant plus de deux heures par jour.

LE SOMMEIL

82% des parents juge la qualité et la quantité de sommeil de leur enfant passable à très bonnes.

LA PLANNIFICATION :

Un moyen pour les parents d'aider leurs enfants à être actifs



Les parents nous ont dit qu'ils s'intéressent aux outils et aux ressources pour aider leurs enfants à être actifs. Comme vous le savez, le soutien parental est un élément essentiel dans l'activité physique des enfants handicapés.

- De nombreux parents sont motivés à soutenir leur enfant afin qu'il soit plus actif.
- Continuez à lire pour en savoir plus sur une méthode fondée sur des preuves pour soutenir l'activité physique de votre enfant.

CRÉEZ UN PLAN :

Comment comptez-vous à aider votre enfant à être actif ?

QUE ferez-vous pour aider votre enfant à être actif, QUAND et OÙ ?

AU CAS OÙ !

Ayez toujours un plan de sauvegarde, en cas de problème.

Voici un exemple de ce que votre calendrier pourrait ressembler ! Essayez-le vous-même avec le calendrier familial ou sur votre Smartphone

OCTOBRE 2018							
	DIM	LUN	MAR	MEC	JEUD	VEN	SAM
Que		Faire une promenade de en famille		Regardez l'entraînement de basketball en fauteuil roulant de Luke		Achetez de nouveaux gants pour Luke pour le para-hockey	
Quand		19h		18h		18h	
Où		Sentier de Wood		Vaughan Centre		Canadian Tire	

Juste au cas ! Si le temps est trop humide pour une promenade en famille en plein air, nous irons sur la piste de YMCA
Si je n'ai pas le temps de regarder Luke, je vais demander comment s'est passée sa pratique
Si je n'ai pas le temps d'aller chez Canadian Tire pour acheter des gants, j'irai le week-end

Le comité consultatif des familles : les mises à jour de notre première réunion

Qu'est-ce que les parents avaient à dire ?

Notre première réunion du comité consultatif des familles a eu lieu cet été. Nous avons parlé des préoccupations que les parents ont à l'idée d'aider leurs enfants à être actifs et de ce que les parents aimeraient voir dans les prochains bulletins. Voici quelques faits saillants de notre discussion de groupe.



Quelles préoccupations les parents ont-ils exprimées ?

- Un manque d'opportunité pour le plaidoyer – les parents veulent que leur voix soit entendue !
- Trouver des programmes inclusifs et accessibles pour leur enfant
- Trouver des réseaux de soutien pour les parents

Qu'est-ce que les parents espèrent retirer de notre bulletin ?



- Restez connecté et découvrez des informations utiles
- Accès à des ressources et/ou à des outils pour aider les parents à soutenir leurs enfants
- Une occasion d'exprimer et de partager les préoccupations
- Soyez informé des choses positives qui se passent dans la communauté, comme les nouveaux terrains de jeux inclusifs ou les espaces communautaires

Rejoignez notre comité consultatif des familles du CDPP

Voulez-vous partager vos commentaires ? Nous cherchons à développer notre comité consultatif de famille ! Nous encourageons les parents et les jeunes qui souhaitent partager leurs réflexions et leurs idées sur ce qui compte pour eux en matière de recherche pour l'activité physique pour les enfants handicapés à participer ! Ce type de contribution est essentiel pour garantir que nous effectuons des recherches qui vous intéressent, à vous et à votre famille, et qu'elles soient partagées et impliquent les bonnes personnes.

Si vous souhaitez devenir membre du comité consultatif de la famille du CDPP, veuillez contacter Dr. Jennifer Leo à jennifer.leo@ualberta.ca



S'IMPLIQUER ET FAIRE UNE DIFFÉRENCE !

Il y a plusieurs façons dans lesquelles les enfants handicapés et leurs parents peuvent contribuer au CDPP. Votre contribution est vitale et nous vous encourageons à nous contacter pour en savoir plus sur la manière que vous pouvez contribuer.

PARTICIPER À LA RECHERCHE !

Si vous êtes un enfant ou un jeune handicapé, ou un parent d'un enfant ou jeune handicapé, nous aimerions que vous participiez dans notre recherche ! Veuillez contacter notre coordinateur de recherche (Mme. Ritu Sharma) à ri.sharma@mail.utoronto.ca pour savoir plus sur les opportunités de recherche potentielles pour vous.

RÉSERVEZ LA DATE !

Symposium de recherche de BRI – jeudi le 29 novembre

L'institut de recherche de Holland Bloorview (le Bloorview Research Institute) organise son symposium annuel qui combine la recherche du point de vue de la famille pour mettre en évidence la recherche actuelle et à venir et pour engager les professionnels de la santé, les familles, les scientifiques et le gouvernement dans une discussion unie sur les principaux domaines d'intérêt dans la recherche sur le handicap chez l'enfant.

Cet événement est ouvert aux familles et aux membres de la communauté. Si vous êtes intéressé à y assister, vous pouvez en savoir plus à <http://research.hollandbloorview.ca/events/brisymposium>.

AU PROGRAMME...

Voici un tour rapide des priorités à venir de l'équipe de sport et d'exercice axée sur la famille du CDPP :

- **Planifiez de bouger** : un outil pour aider les enfants handicapés à devenir plus actif !
- **Une trousse de capacités**
Une ressource pour les parents des enfants handicapés pour apprendre plus sur les directives de mouvement de 24 heures.
- **Trouver du jeu à travers Jooy** : Connecter les enfants handicapés et leurs familles aux activités de loisirs dans leurs