

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate



## LA FRÉQUENTATION DES SENTIERS CANADIENS EN HAUSSE SIGNIFICATIVE DEPUIS LE DÉBUT DE LA PANDÉMIE DE LA COVID-19, SELON UN SONDAGE L'ACCÈS À LA NATURE ET LES BÉNÉFICES POUR LA SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE SERAIENT LA CAUSE DE CE REGAIN DE POPULARITÉ

### LA TENDANCE SEMBLE VOULOIR SE POURSUIVRE AU COURS DE L'HIVER QUI VIENT

**Montréal, 26 novembre 2020** – Partout au Canada, les Canadiens fréquentent les sentiers en plus grand nombre depuis le début de la pandémie de COVID-19; selon un récent sondage national de la firme Léger commissionné par l'organisme Sentier Transcanadien (STC), cette augmentation de la fréquentation se chiffrerait à 50 % dans tous les groupes d'âge. Basé à Montréal, STC est responsable du Grand Sentier du Sentier du Canada qui, avec ses 27 000 kilomètres, est le plus long sentier récréatif du monde.

Lorsqu'invités à comparer leur fréquentation actuelle des sentiers à celle de la saison été-automne 2019, 76 % des Canadiens ont affirmé fréquenter les sentiers autant ou davantage qu'avant, et 44 % ont confirmé les avoir fréquentés davantage.

Parmi les Canadiens de 18 à 24 ans et de 25 à 34 ans, le taux de fréquentation a respectivement augmenté de 55 % et de 52 %. Les Canadiens âgés de 55 à 64 ans et ceux de 65 ans ou plus ont indiqué que leur fréquentation des sentiers avait augmenté respectivement de 39 % et de 35 %, et un pourcentage plus élevé de ces groupes de Canadiens, 38 % et 42 % respectivement, ont indiqué que leur fréquentation des sentiers était demeurée constante.

*«Cette confirmation d'un usage accru reflète ce que nous avons observé dans notre réseau, et aussi ce que nos partenaires et gestionnaires de sentier nous ont rapporté: la fréquentation des sentiers est en hausse dans tout le pays alors que les Canadiens cherchent une alternative à l'isolement social et un havre de paix leur offrant un contact avec la nature. Les données font par ailleurs ressortir le fait que les Canadiens accordent, et tout spécialement en cette période particulière, une grande valeur à leur accès aux sentiers, et qu'ils les perçoivent comme une façon d'améliorer leur santé physique et mentale»,* a commenté Eleanor McMahon, présidente-directrice générale de Sentier Transcanadien.

En ce qui concerne comment et pourquoi les Canadiens se servent des sentiers en cette période de pandémie, STC a demandé aux Canadiens si l'amélioration de leur santé mentale motivait leur décision de fréquenter les sentiers, et 95 % ont confirmé que c'était le cas. Parmi les Canadiens âgés de 18 à 24 ans, ce nombre est grimpé à 100 %, et 97 % des 65 ans ou plus ont indiqué que c'étaient leur santé mentale et leur bien-être qui les motivaient à fréquenter les sentiers.

Au chapitre de la fréquentation des sentiers pour des raisons de forme physique et d'exercice, 95 % des Canadiens ont déclaré que c'est la raison qui motivait leur usage des sentiers, avec 88 % des Canadiens de 18 à 24 ans qui sont motivés par ces raisons, et 98 % des Canadiens de 65 ans ou plus qui le sont eux aussi. L'accès à la nature s'est également démarqué comme une raison pour les Canadiens de fréquenter les sentiers, avec 99 % des Canadiens exprimant que l'opportunité de passer du temps à l'extérieur les incite à fréquenter les sentiers.

*«Ces données montrent que les sentiers contribuent de façon importante à notre bien-être social, ainsi qu'à notre santé physique et mentale. Quand on y ajoute les données sur la hausse de la fréquentation des sentiers, il apparaît clairement que les sentiers sont devenus une bouée de sauvetage pour les Canadiens pendant la pandémie de COVID-19 en leur offrant des connexions vitales les rattachant à la*

*nature, ainsi que les uns aux autres», a fait remarquer Mme McMahon.*

*«Les résultats du sondage confirment également que la fréquentation des sentiers par les Canadiens est destinée à se poursuivre – malgré l'arrivée de l'hiver –, avec 69 % des répondants indiquant leur intention d'utiliser les sentiers cet hiver. Et bien que la fréquentation hivernale des sentiers soit plus élevée chez les Canadiens plus jeunes, 64 % des 65 ans ou plus ont signifié leur intention de poursuivre leur fréquentation des sentiers», a poursuivi Mme McMahon.*

*«Ceci nous envoie un signal très positif, compte tenu des inquiétudes à propos de l'isolement social grandissant à l'approche de l'hiver. C'est aussi un indice des raisons pour lesquelles les sentiers devraient demeurer ouverts, particulièrement dans un contexte où l'accès aux salles d'entraînement et aux centres récréatifs et communautaires est restreint à l'échelle du pays. Toutes ces observations ont déclenché le récent lancement de nos programmes hivernaux sur les sentiers, et STC offrira du financement aux groupes de sentiers pour soutenir des initiatives qui assureront une fréquentation sécuritaire des sentiers pendant l'hiver», a expliqué Mme McMahon.*

Le sondage a aussi montré que les Canadiens sont fortement en accord avec l'idée que les sentiers constituent une importante source de loisirs communautaires (91 %), contribuent au développement économique de nos collectivités (76 %) et à bâtir notre économie du tourisme (77 %). Lorsque interrogés à propos des investissements dans le développement et l'entretien des sentiers, 89 % des Canadiens sont d'avis que le gouvernement a un important rôle à jouer.

Données supplémentaires du sondage Léger sur les sentiers au Canada:

- Fréquentation hivernale des sentiers et COVID-19: tous (69 %), 18 à 24 ans (84 %), 25 à 34 ans (82 %), 65 ans ou plus (64 %).
- Projets de vacances d'hiver: 78 % considèrent l'idée d'incorporer la fréquentation des sentiers à leurs projets de vacances d'hiver en 2021.
- «Les sentiers sont importants pour l'entretien de ma santé physique»: 90 % ont confirmé que les sentiers sont plus ou moins importants, ou très importants, avec 95 % des Canadiens âgés de 18 à 24 ans et 91 % des Canadiens de 55 ans ou plus répondant à cette question par l'affirmative.
- Lorsque interrogés sur l'importance des sentiers dans leur santé mentale en général, 88 % des Canadiens ont confirmé leur importance, avec 92 % des Canadiens âgés de 25 à 34 ans et 88 % des Canadiens de 65 ans ou plus considérant que les sentiers sont importants à ce chapitre.

*«Depuis le début de la pandémie de COVID-19, les Canadiens cherchent des façons de demeurer actifs et en lien avec leurs amis, leurs voisins et les membres de leur famille tout en respectant les consignes de distanciation physique recommandées par les autorités en santé publique, a expliqué Mme McMahon. Pour plusieurs, les sentiers locaux sont devenus la réponse à leur quête. La possibilité de se rendre à des aires de loisirs à accès gratuit près de la maison a fait une vraie différence dans la façon de composer avec les immenses changements de mode de vie qui s'imposent à nous tous dans le cadre de la lutte à la pandémie.»*

*«Bien que les consignes de santé publique indiquent que les activités extérieures, telles que les promenades sur les sentiers, présentent un faible risque de propagation (grâce à l'aération et à une plus grande possibilité de respecter la distanciation physique), nous aimerions rappeler aux Canadiens l'importance de suivre toutes les directives de santé publique et tous les protocoles locaux», a conclu Mme McMahon.*

#### MÉTHODOLOGIE DU SONDRAGE

Un sondage a été réalisé sur Internet auprès d'un échantillon représentatif de 1 500 Canadiens. Les répondants, des Canadiens francophones et anglophones âgés de 18 ans ou plus, ont été choisis au hasard parmi le panel virtuel de Léger. Aucune marge d'erreur ne peut être associée à un échantillon

non probabiliste (un panel virtuel dans ce cas-ci); toutefois, à des fins de comparaison, un échantillon non probabiliste de 1 500 répondants aurait une marge d'erreur de  $\pm 2,5$  19 fois sur 20.

-30-

**PERSONNE-RESSOURCE:**

Angela de Burger  
Conseillère en communications, Sentier Transcanadien  
905-510-8431 | [media@tctrail.ca](mailto:media@tctrail.ca)

**À propos du Grand Sentier du Canada**

S'étendant sur plus de 27 000 kilomètres et explorant la variété des paysages et des cultures du Canada, Le Grand Sentier du Canada est le plus long réseau de sentiers récréatifs multi-usages du monde. Avec le précieux soutien de nos partenaires, donateurs et bénévoles, ainsi qu'avec celui de tous les paliers de gouvernement, Le Grand Sentier relie plus de 15 000 communautés rurales, urbaines et autochtones d'un océan aux deux autres. <http://legrandsentier.ca>