



VERS UNE NOUVELLE RÉALITÉ

**Le climat social de
l'activité physique**



Certains membres de notre lectorat se souviennent peut-être d'une époque où les gens fumaient dans les restaurants et où la collecte du recyclage à domicile n'était pas un service répandu. Mais durant les 35 dernières années, la popularité de la cigarette et du recyclage a considérablement changé grâce à une combinaison de campagnes de sensibilisation, de politiques et de législations stratégiques qui ont aidé à influencer les sentiments, les attitudes, les croyances et les opinions du public au sujet de la cigarette et du recyclage. En d'autres mots, nous avons été témoins d'un changement dans les **climats sociaux** de ces deux concepts.

L'inactivité physique contribue grandement aux maladies chroniques et est une préoccupation majeure de santé publique au Canada. Néanmoins, le nombre d'enfants, de jeunes et d'adultes qui ne respectent pas les directives en matière d'activité physique ne cesse de croître. Les modèles socioécologiques suggèrent que l'une des stratégies que nous pouvons adopter pour augmenter les niveaux d'activité physique au sein de nos populations est de reconstruire le **climat social** en changeant les normes et croyances sociales à propos de l'activité physique. Cela nous mène aux questions suivantes :

- Peut-on changer le climat social de l'activité physique au Canada?
- Peut-on motiver les gens à être actifs comme nous les avons motivés à arrêter de fumer et/ou à recycler?

DÉFINIR « CLIMAT SOCIAL »

Le terme **climat social** est général et englobe les sentiments, les attitudes, les croyances et les opinions sur un sujet donné au sein de la société ou d'un groupe de personnes.¹ Ainsi, le climat social comprend les **normes sociales** associées à un comportement, ainsi que les **évaluations sociales** et l'**identité sociale** que les individus effectuent et créent en se basant sur ces normes.²

Aspects du climat social

Les **normes sociales** sont des comportements ou des croyances qu'une société adopte.³ Ces normes sont considérées comme étant l'une des parties les plus importantes du climat social^{3,4} et peuvent être descriptives ou injonctives.⁵

- Les **normes descriptives** reflètent la perception qu'un individu a du comportement des autres.
- Les **normes injonctives** reflètent la perception qu'un individu a de ce que les autres approuvent ou rejettent.

L'évaluation sociale consiste à fonder sa décision d'agir sur les sentiments et/ou les opinions des autres sur un sujet donné.⁶

L'identité sociale se réfère aux manières dont le concept de soi des personnes est fondé sur leur appartenance à différents groupes sociaux.^{7,8}

L'idée derrière le changement des climats sociaux pour entraîner un changement de comportement est simple : les humains sont des créatures sociales de nature, donc, quand iels voient d'autres personnes — surtout des personnes qu'ils admirent, respectent, ou à qui iels veulent ressembler — adopter un comportement, iels ont naturellement tendance à vouloir « s'intégrer » et donc à agir de manière semblable. En misant sur les aspects du climat social, il est possible de changer ce que « s'intégrer » signifie pour la population canadienne.



Zone non fumeur

ligne d'assistance 12320

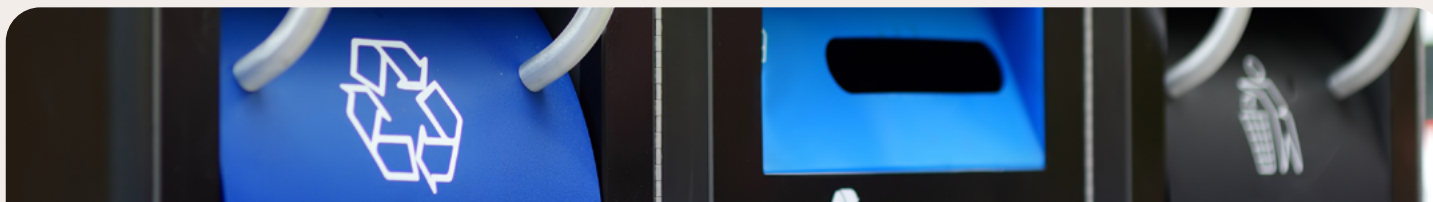


Étude de cas 1 : Fumer (mettre fin à un comportement)

Changer le climat social par le biais de la dénormalisation de la cigarette est un excellent exemple de la façon dont les changements liés aux évaluations sociales, ainsi que la modification de l'identification sociale qui a suivi, ont entraîné des lois antitabac et des changements de comportements. Voici quelques stratégies qui ont permis ce changement de climat social :

- » Adopter des politiques qui visent à limiter le tabagisme en public afin de diminuer la fréquence à laquelle la consommation de tabac peut être observée en public. Les changements structurels qui ont découlé de ces politiques ont fait en sorte que la perception d'une appartenance à un groupe chez les non-fumeurs a augmenté, à cause des divisions au sein des groupes sociaux selon le statut de tabagisme (p. ex. : étiquettes et logos de non-fumeurs).
- » Déployer des campagnes de sensibilisation menées par des personnes influentes (p. ex. : médias, prestataires de santé, groupes familiaux et parentaux) pour diminuer l'acceptabilité sociale du tabagisme.

Les programmes et les politiques qui ont renforcé le message que le tabagisme n'est pas une activité normale ont changé les perceptions du public à l'égard de l'acceptabilité sociale du tabagisme. Ils ont aussi contribué à accroître l'acceptabilité sociale des politiques visant à restreindre davantage son usage (p. ex. : interdictions de fumer dans plus d'endroits et prescriptions d'emballage).



Étude de cas 2 : Recycler (encourager un comportement)

Depuis le milieu des années 1990, les taux de recyclage au Canada ont augmenté de façon constante. Alors que l'accès aux programmes de recyclage s'est amélioré, des changements au climat social ont joué un rôle important dans l'adoption subséquente du comportement, y compris :

- » La sensibilisation aux avantages du recyclage par des personnes influentes, comme les médias, les scientifiques et les activistes, a été utilisée pour augmenter l'acceptabilité sociale du tri des déchets et diminuer celle de jeter des objets recyclables à la poubelle.
- » La présence de bacs de recyclages bleu vif visibles devant chaque maison, dans chaque bureau et école a servi de rappels visuels de la prévalence du recyclage chez les autres.
- » Des messages encourageant la responsabilité collective, comme faire partie de la communauté pour aider à garder la Terre propre, ont été diffusés.
- » La création de slogans et l'utilisation de procédés mnémoniques (p. ex. : les trois « R » — réutiliser, réduire, recycler) conféraient aux personnes qui recyclent un statut de groupe.

La normalisation du recyclage a augmenté l'acceptabilité sociale et les attentes envers les individus en matière de recyclage à un tel point que de nombreuses municipalités doivent s'attaquer aux problèmes du tri incorrect des matières non recyclables par des personnes bien intentionnées (p. ex. : plastique noir, pailles, film à bulles).

Les deux études de cas ci-dessous démontrent comment le changement du climat social a contribué aux changements de comportements à l'échelle de la population. Le tableau 1 ci-dessous résume les changements clés survenus dans les aspects du climat social décrits dans les études de cas 1 et 2. Tous comme les changements comportementaux, les changements dans le climat social n'étaient pas les seuls facteurs contributifs qui ont engendré cette baisse des niveaux de tabagisme et cette augmentation des niveaux de recyclage (p. ex. : décourager les comportements problématiques à l'aide de taxes ou de frais, améliorer les connaissances individuelles au sujet des bienfaits et des effets nocifs, et adopter des politiques d'interdiction de produits).

Tableau 1. Exemples d'aspects du climat social tirés des études de cas sur l'antitabagisme et le recyclage

Aspect du climat social	Description	Cas 1 : Diminution du tabagisme	Cas 2 : Augmentation des niveaux de recyclage
Normes sociales injonctives	Perceptions de ce que les autres approuvent ou rejettent	Campagnes de sensibilisation menées par des personnes influentes clés pour diminuer l'acceptabilité sociale.	Campagnes de sensibilisation au sujet des avantages liés au recyclage menées par des personnes influentes clés.
Normes sociales descriptives	Perceptions du comportement des autres.	Politiques de restriction du tabagisme en public. Interdire la présentation libre de produits du tabac.	Bacs de recyclage visibles devant les domiciles et autres endroits.
Évaluation sociale	La décision d'agir est basée sur les sentiments et les opinions des autres.	Fumer la cigarette près d'autres personnes mène à la désapprobation des pairs non-fumeurs.	Ne pas sortir le bac bleu le jour de la collecte de recyclage peut causer du jugement de la part des voisins.
Identité sociale	La perception de l'appartenance à un groupe fondée sur des croyances ou comportements partagés.	Groupes sociaux fondés sur le statut de tabagisme.	Message qui encourage l'action et la responsabilité collective et qui signale l'appartenance à un groupe.

COMMENT LE CLIMAT SOCIAL PEUT-IL INFLUENCER L'ACTIVITÉ PHYSIQUE?

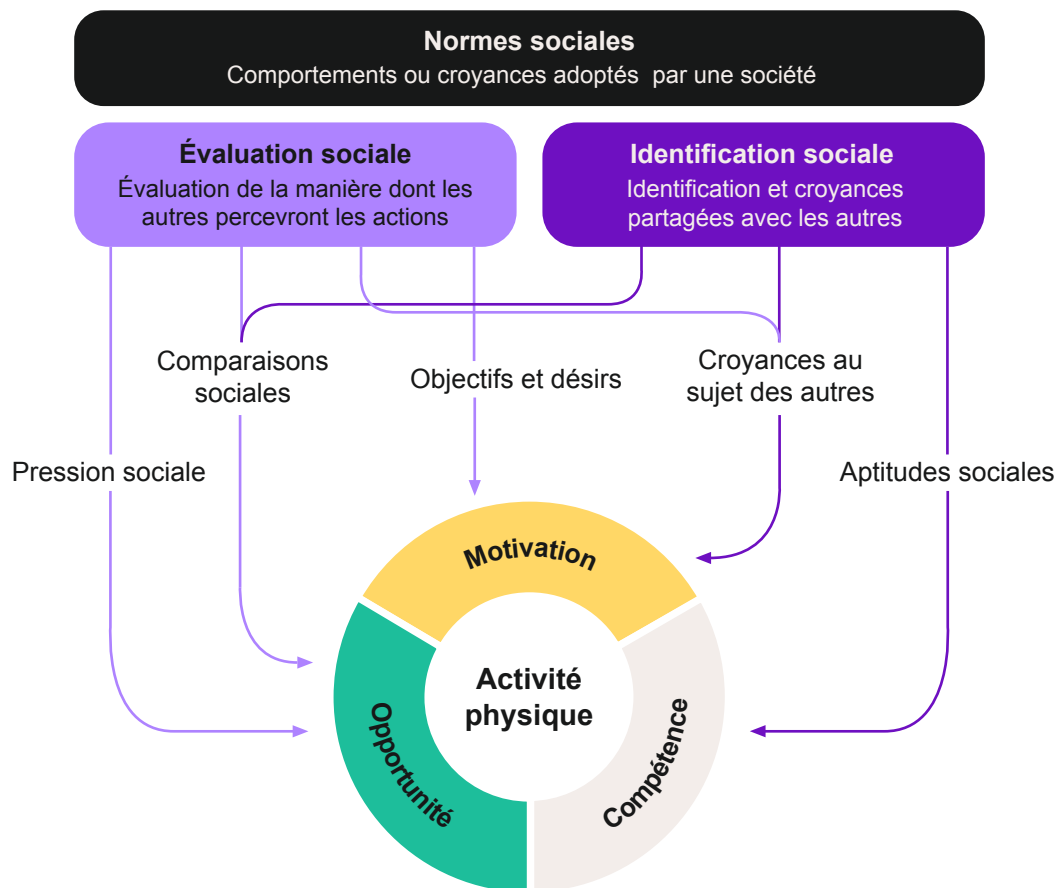
La *Vision commune pour favoriser l'activité physique et réduire la sédentarité au Canada* du gouvernement canadien déclare ceci : « Il est essentiel de développer des normes culturelles où l'activité physique fait partie des habitudes quotidiennes. »⁹ Mais que sont les normes « sociales » ou « culturelles » lorsqu'il est question d'activité physique? Si ces normes viennent à changer au fil du temps, comment le saurons-nous? Et, spéculativement, des interventions peuvent-elles être mises en place pour changer ces normes afin d'augmenter les niveaux d'activité physique à l'échelle de la population?

Adapter des programmes en tenant compte des normes sociales, des identités et des évaluations des individus pourrait faciliter l'amélioration de l'acceptabilité, ce qui entraînerait une plus grande participation, une adhésion et, en fin de compte, une amélioration de la santé. Le climat social fournit le contexte environnemental qui encourage les personnes à faire de l'activité physique. Nous savons qu'en général, les **compétences**, l'**accès aux opportunités** et la **motivation** sont des facteurs qui influencent les habitudes en matière d'activité physique des individus.

- **Compétences** : la capacité psychologique et physique d'une personne qui lui permet de faire de l'activité physique, comme avoir les connaissances et les habiletés nécessaires.¹⁰
- **Opportunités** : tous les facteurs externes à un individu qui facilitent ou entravent l'accès à l'activité physique ou qui motivent les gens à être actifs. Ces influences peuvent provenir de l'environnement physique ou social.¹⁰
- **Motivation** : les processus psychologiques et cognitifs qui stimulent et guident les comportements liés à l'activité physique, y compris la fixation d'objectifs, la prise de décision analytique, les habitudes et les réflexes émotionnels.¹⁰

La Figure 1 conceptualise les différentes avenues par lesquelles les normes sociales, l'évaluation sociale et l'identité sociale peuvent influencer le développement des compétences, des opportunités et de la motivation pour s'engager dans une activité physique. Les normes sociales influencent et guident l'évaluation sociale des actions des individus et comment ils s'identifient à d'autres personnes ou groupes. Exploiter les évaluations sociales d'un individu peut prendre la forme de témoignages sur les bienfaits de l'activité physique et de démonstrations visuelles d'activités par des personnes influentes. Le désir de se comporter en harmonie avec ce que les autres *pensent* et *font* encouragera l'activité physique² et, par le fait même, aura des répercussions sur la motivation d'un individu de devenir actif et sur l'accès aux opportunités.⁶

Figure 1. Modèle conceptuel montrant comment le climat social peut influencer l'activité physique



Remarque : Le diagramme illustre les avenues potentielles identifiées par Rhodes & Beauchamp² par lesquelles le climat social peut encourager l'activité physique en agissant sur la motivation, les compétences et les opportunités.

L'identité sociale se manifeste par une attirance envers d'autres personnes ou groupes, par des valeurs et des motivations communes concernant un comportement entre personnes, ainsi que par la perception des responsabilités qui découlent de l'appartenance à un groupe.⁷ Par conséquent, renforcer son lien avec un groupe physiquement actif (p. ex. : un groupe de marche, une ligue de quilles ou une classe d'exercice), encourager les priorités en matière d'activité physique collective auprès des autres (p. ex. : les partenaires qui marchent ensemble tous les soirs après le repas ou un engagement envers une équipe sportive), et/ou assigner des rôles à chaque membre pour contribuer à une activité physique de groupe, sont tous des moyens de favoriser l'identification sociale,⁸ ce qui agit sur les compétences, les opportunités et la motivation par diverses voies.⁶

Les changements dans ces aspects du climat social peuvent prédire ou refléter la mise en œuvre de politiques ou les changements de comportements au sein d'une population donnée. Le Tableau 2 présente quelques indicateurs du climat social de l'activité physique qui pourraient être ciblés comme dans les études de cas citées à la page 3.

Tableau 2. Exemples d'aspects du climat social liés à l'activité physique

Aspect du climat social	Activité physique
Normes sociales injonctives	Les perceptions de ce que les autres approuvent ou rejettent en matière d'(in)activité physique aident à refléter le climat social de l'activité physique.
Normes sociales descriptives	Perception de la fréquence à laquelle les gens voient d'autres personnes être actives.
Évaluation sociale	L'activité physique est un comportement positif, alors l'évaluation sociale pousse les gens à vouloir devenir actifs, car ce comportement est perçu comme « une bonne chose » par les autres.
Identité sociale	Les gens développent des identités en relation à divers groupes sociaux. L'identité sociale peut être exploitée pour encourager la participation à l'activité physique. L'identité sociale sous-tend le comportement du groupe en matière d'exercice.



LE CLIMAT SOCIAL ACTUEL DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE AU CANADA

En 2018, le Groupe consultatif de recherche de ParticipACTION a entrepris le tout premier examen sur le climat social de l'activité physique au Canada à l'aide d'une enquête nationale.¹¹ En 2023, cette enquête a été reconduite pour constater si des changements (positifs ou négatifs) s'étaient produits.¹² Le tableau 3 ci-dessus souligne certains des changements les plus notables.

Dans l'ensemble, le problème de l'inactivité physique demeure une question de santé publique importante pour la population canadienne dans les deux études, contrairement au tabagisme, qui n'est plus classé parmi les trois premiers. Même si plusieurs indicateurs suggèrent une augmentation des normes perçues de l'exercice et du jeu extérieur, les Canadiennes et Canadiens disent voir moins souvent des personnes marcher ou rouler (c.-à-d. : les formes

principales de transport actif) dans leurs quartiers. En même temps, un plus grand nombre de personnes canadiennes ont signalé une augmentation de la proportion de personnes dans leur cercle social qui respectent les recommandations en matière d'activité physique. Ces résultats suggèrent que certains aspects du climat social de l'activité physique peuvent changer pour être plus favorables à l'activité physique, et ces changements pourraient être liés à l'amélioration du niveau de participation à l'activité physique. Cependant, d'autres normes liées à l'activité physique qui n'ont pas été prises en compte par l'enquête pourraient être en train de se détériorer. Cela représente une occasion de rectifier le tir et de faire de l'activité physique une partie intégrante de la vie quotidienne au Canada.

Tableau 3. Changements clés dans le climat social de l'activité physique au Canada (2018 et 2023)

	2018	2023
L'inactivité physique demeure un grave problème de santé publique pour les personnes du Canada.	1. Alimentation malsaine 2. Tabagisme 3. Inactivité physique	1. Alimentation malsaine 2. Inactivité physique 3. Tabagisme
Un plus grand nombre de personnes canadiennes disent voir d'autres personnes faire de l'exercice.	39 % ont dit voir souvent des gens faire de l'exercice.	46 % ont dit voir souvent des gens faire de l'exercice.
Moins de personnes canadiennes disent voir d'autres personnes marcher ou rouler en fauteuil dans leur quartier.	56 % ont dit voir souvent des gens marcher ou rouler.	45 % ont dit voir souvent des gens marcher ou rouler.
Un plus grand nombre personnes canadiennes disent voir des enfants jouer dans leurs quartiers.	26 % ont dit voir souvent des enfants jouer à l'extérieur.	34 % ont dit voir souvent des enfants jouer à l'extérieur.
Une plus grande proportion de personnes participantes dit que la majorité des personnes qui leur sont chères respectent les directives nationales en matière d'activité physique (>150 min/semaine)	La majorité ou toutes les personnes qui leur sont chères respectent les directives nationales en matière d'activité physique. 13 %	La majorité ou toutes les personnes qui leur sont chères respectent les directives nationales en matière d'activité physique. 22 %

Même si la conceptualisation et l'évaluation du climat social et de l'activité physique sont de nouveaux procédés, l'existence d'actions et d'incitatifs liés aux normes sociales ne l'est pas. Les Figures 2 et 4 ci-dessous illustrent quelques-unes des manières dont les décisions politiques et les changements à l'environnement physique peuvent façonner le climat social de l'activité physique au Canada.



Figure 2 : En 2021, la ville de Toronto a commencé à installer des variantes du panneau « cul-de-sac » qui fournissent de l'information en matière d'accès pour les piétons et pas seulement pour les véhicules. Les panneaux indiquent aussi si l'accès aux piétons est approprié aux personnes en fauteuil roulant (p. ex. : terrain difficile).

Norme descriptive : de la signalisation qui normalise l'utilisation du transport actif dans la ville.

Norme injonctive : de la signalisation qui donne la permission explicite d'utiliser les trottoirs, les sentiers, etc., dont l'utilisation n'aurait pas été envisagée autrement.

Cul-de-sac. Excepté pour piétons.

Figure 3 : En juin 2024, la ville de Hay River, dans les Territoires du Nord-Ouest, a introduit un programme de vélo-bus dans le cadre duquel des élèves du primaire pouvaient se joindre à une promenade guidée par un bénévole sur un trajet établi. Le programme se poursuit au cours de l'année scolaire 2025.

Norme descriptive : les parents et les enfants voient passer le vélo-bus le long du trajet établi régulièrement, ce qui contribue à normaliser le transport actif pour aller à l'école.

Norme injonctive : l'organisation du programme par Hay River Recreation mène à l'approbation formelle des citoyens de la ville.

Identité sociale : l'inscription au vélo-bus fait en sorte que les enfants s'attendent à voir les autres enfants y participer.



Figure 4 : Des municipalités du monde entier, y compris des villes canadiennes comme Montréal, Waterloo et Calgary, ont installé des dispositifs qui comptent et affichent le nombre de cyclistes qui utilisent des pistes cyclables particulières pour effectuer leurs déplacements quotidiens ainsi que le chiffre annuel.

Norme descriptive : afficher le nombre de cyclistes qui utilisent la piste cyclable pour faire leurs déplacements chaque jour normalise le transport actif et justifie les investissements dans les infrastructures dédiées aux cyclistes.

Identité sociale : voir des mises à jour en direct sur le pont pourrait donner aux cyclistes un sentiment d'appartenance à un groupe en contribuant au compte.

Image courtoisie de [Eco-Counter](#)

L'essentiel du changement de climat social repose sur le fait que les gens voient d'autres personnes pratiquer une activité physique, un sport ou un loisir. Voici d'autres exemples de mesures pour aider à changer le climat social de l'activité physique :

- » Dans les endroits où les infrastructures le permettent, profiter des campagnes de santé publique pour présenter la marche, les déplacements en fauteuil roulant ou toute autre forme de transport actif comme la norme au lieu de la voiture.
- » Développer des ressources et des politiques qui aident le personnel éducateur à la petite enfance, le personnel enseignant et la direction à normaliser les pauses actives à l'école et au travail.

- » Militer pour l'investissement dans les infrastructures d'activité physique, de sport et de loisirs dans des lieux publics visibles et accessibles.
- » Continuer à représenter diverses populations (p. ex. : selon les origines, l'âge, les habiletés et les types corporels) pratiquant une activité physique pour que les publics cibles soient en mesure de voir des personnes qui leur ressemblent dans le matériel promotionnel.
- » Développer des partenariats locaux pour faire la promotion d'organisations qui offrent des occasions de faire des activités gratuitement ou à faible coût (p. ex. : courses, marches ou promenades en fauteuil de 5 km, comme celles organisées par Parkrun).

LES BIENFAITS DU CHANGEMENT

Grâce aux changements dans le climat social de l'activité physique, les responsables politiques, les organisations et les personnes vivant au Canada pourraient bénéficier d'un grand éventail d'avantages.

Un nouveau climat social de l'activité physique pourrait :

- » Aider le Canada à augmenter les niveaux d'activité physique d'un pourcentage relatif de 15 % d'ici 2030 et ainsi aider à atteindre les objectifs domestiques et internationaux établis par l'Organisation mondiale de la santé.
- » Réduire considérablement les coûts liés aux systèmes de santé publique et augmenter la productivité, ce qui aurait pour effet d'améliorer l'économie canadienne et la qualité de vie globale des personnes au Canada.
- » Créer plus d'options politiques et de flexibilité pour les gouvernements, permettant aux décideur·euse·s et aux responsables politiques d'allouer des fonds et des ressources de manière plus efficace dans différents secteurs.
- » Contribuer à la création d'une planète plus saine grâce à l'augmentation de l'utilisation du transport actif, y compris le transport public.
- » Fournir aux organisations d'activité physique, de sport et de loisirs (SAPL) l'occasion de rationaliser et/ou diversifier leurs mandats, programmes et initiatives.
- » Réduire les barrières à l'activité physique et en faire un élément attendu, accepté et habituel du quotidien — un quotidien où l'activité physique est plus pratique, moins coûteuse et inclusive.





PAR OÙ COMMENCER? « SOCIALISER » LE CLIMAT SOCIAL DANS LE SECTEUR DES SPORTS ET DES LOISIRS

Un climat social est composé de nombreux sous-climats à l'échelle des provinces, des municipalités, des écoles, des travailleurs et travailleuses, des foyers et d'autres groupes sociaux. Par conséquent, changer le climat social global du Canada est une entreprise considérable qui nécessite une action collective et coordonnée. Pour changer les comportements de populations entières, nous allons devoir dénormaliser l'inactivité physique et renormaliser l'activité physique en changeant les normes et les croyances, et en offrant un soutien direct pour modifier les environnements et les politiques en vue d'encourager l'activité physique.

Depuis 2018, ParticipACTION a collaboré avec les membres de son Groupe consultatif de recherche, entre autres, pour mettre au point une série de sondages, de ressources et de publications pour mieux comprendre le climat social actuel de l'activité physique au Canada et fournir aux organisations et aux gouvernements l'information nécessaire pour amorcer le changement. En définissant le climat social de l'activité physique, ParticipACTION veut susciter un dialogue plus large dans le secteur des SAPL au sujet des barrières et des climats sociaux

contradictoires qui nous empêchent potentiellement d'avancer vers une nouvelle réalité au Canada. La prochaine étape du changement du climat social de l'activité physique est de sensibiliser davantage le public au sujet du concept du climat social en soi, et d'améliorer la compréhension et l'intégration de celui-ci.

L'activité physique est un comportement lié au mode de vie qui est modifiable. Dans sa conceptualisation du climat social de l'activité physique, ParticipACTION reconnaît que la modélisation de rôles et le leadership peuvent et vont s'étendre à d'autres sous-secteurs des SAPL pour susciter des changements significatifs et substantiels. En tant que leaders du secteur des SAPL, soyons des modèles à suivre là où nous vivons, apprenons, travaillons, enseignons et militons. En commençant par nous familiariser, ainsi que les organisations, les gouvernements et la population du Canada, avec le concept de climat social, nous pouvons commencer le processus de création d'un Canada où l'*inactivité* physique est une chose du passé — tout comme fumer dans les restaurants et les bordures de trottoirs sans bacs bleus.

RESSOURCES ET PUBLICATIONS DISPONIBLES

- [Assessing the social climate of physical \(in\)activity in Canada](#) — Cette étude est la première tentative connue d'évaluer le climat social à l'échelle nationale en abordant une lacune importante dans les connaissances sur la revendication et la mise en œuvre d'interventions en matière d'activité physique à l'échelle de la population au Canada en 2018.
- [Re-assessing the social climate of physical \(in\)activity in Canada](#) — Cette étude examine si le climat social de l'activité physique au Canada a changé durant une période de cinq ans (2018 à 2023).
- [L'évolution des perspectives sur l'activité physique au Canada](#) — Ce blogue, présenté sous la forme d'une entrevue avec le Dr Matthew Fagan, auteur principal, et la Dre Leigh Vanderloo, directrice scientifique de ParticipACTION, porte sur les répercussions du climat social et de l'activité physique au Canada.
- [Political Orientation and Public Attributions for the Causes and Solutions of Physical Inactivity in Canada: Implications for Policy Support](#) — Cet article étudie la façon dont les attributions publiques pour les causes de l'inactivité physique et les solutions à cette dernière, ainsi que l'orientation politique déclarée des individus sont associées au soutien à différentes mesures politiques dans la lutte contre l'inactivité physique.
- [Are Experiences of Discrimination Associated with Views of Physical Activity and Climate Policy Support in Canada?](#) — Cette étude examine si les expériences de discrimination sont associées au climat social de l'(in)activité physique et au soutien pour les politiques qui abordent le double avantage de l'activité physique et du changement de climat.



Références :

1. Stokols, D. Translating Social Ecological Theory into Guidelines for Community Health Promotion. (1996). American Journal of Health Promotion, 10(4):282-298. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-10.4.282>
2. Rhodes, R. E. et Beauchamp, M. R. (2024). Development of the social dimensions of health behavior framework. Health Psychology Review Advance Online, 1–17. <https://doi.org/10.1080/17437199.2024.2339329>
3. Sallis, J.F., Owen, N. et Fisher, E. Ecological models of health behavior. (2015). Health Behaviour : Theory, Research, and Practice, 5: p. 43-64.
4. Ajzen, I. (2011). The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. Psychology & Health, 26(9), 1113-1127. <https://doi.org/10.1080/08870446.2011.613995>
5. Burger, J. M. et Shelton, M. (2011). Changing everyday health behaviors through descriptive norm manipulations. Social Influence, 6 (2), 69–77. <https://doi.org/10.1080/15534510.2010.542305>
6. Cialdini, R. B., Kallgren, C. A. et Reno, R. R. (1991). A Focus Theory of Normative Conduct: A Theoretical Refinement and Re-evaluation of the Role of Norms in Human Behavior. Advances in Experimental Social Psychology, 24, 201–234. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60330-5](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60330-5)
7. Hogg, M. A., Abrams, D. et Brewer, M. B. (2017). Social identity: The role of self in group processes and intergroup relations. Group Processes & Intergroup Relations, 20, 570-581. <https://doi.org/10.1177/1368430217690909>
8. Haslam, C., Jetten, J., Cruwys, T., Dingle, G. et Haslam, A. T. (2018). The New Psychology of Health: Unlocking the Social Cure. New Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315648569>
9. Gouvernement du Canada. (2018). Une Vision commune pour favoriser l'activité physique et réduire la sédentarité au Canada : Soyons actifs. Ottawa : Ont. Repéré à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/soyons-actifs.html>
10. Michie, S., van Stralen, M. M. et West, R. (2011). The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. Implementation Science, 6, 42. <https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42>
11. Yun, L., Vanderloo, L. M., Berry, T. R., Latimer-Cheung, A. E., O'Reilly, N., Rhodes, R. E., Spence, J. C., Tremblay, M.S. et Faulkner, G. (2018). Assessing the social climate of physical (in)activity in Canada. BMC Public Health, 18(1), 1301. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6166-2>
12. Fagan, M. J., Vanderloo, L. M., Banerjee, A., Banerjee, A., Ferguson, L. J., Lee, E-Y., O'Reilly, N., Rhodes, R. E., Spence, J. C., Tremblay, M. S. et Faulkner, G. (2023). Re-assessing the social climate of physical (in)activity in Canada. BMC Public Health 23, 2548. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17436-3>