

Jeunesse et mouvement

au Nouveau-Brunswick 2021-2022

LES JEUNES DEVRAIENT ACCUMULER AU MOINS

60 MINUTES

D'ACTIVITÉ PHYSIQUE D'INTENSITÉ MOYENNE
À ÉLEVÉE PAR JOUR



LES JEUNES DEVRAIENT DORMIR

1 2 3 4 5 6 7 **8 à 10 HEURES**

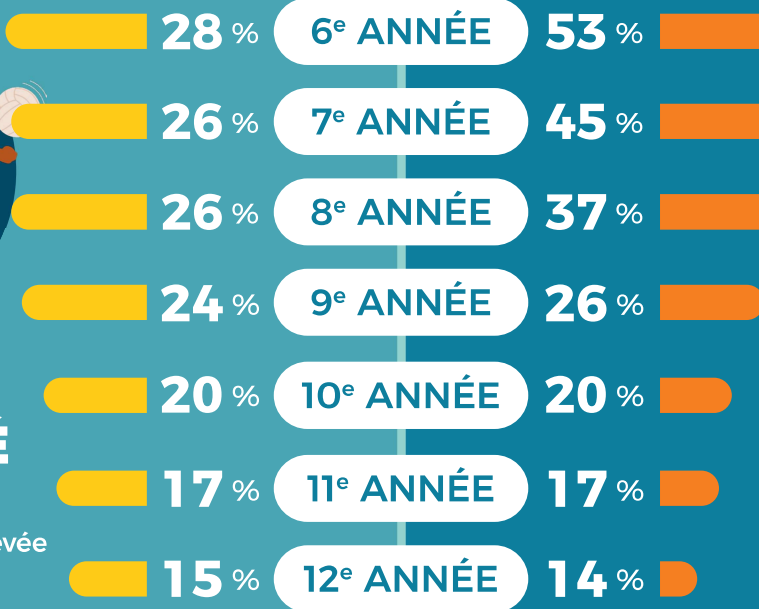
PAR NUIT SANS INTERRUPTION



fait assez D'ACTIVITÉ
PHYSIQUE par jour



DORT assez
CHAQUE NUIT



% d'élèves qui font
60+ minutes
**D'ACTIVITÉ
PHYSIQUE**
d'intensité moyenne à élevée
par jour, par niveau

% d'élèves qui
ont 8+ heures de
SOMMEIL
par niveau

LES JEUNES DEVRAIENT LIMITER LEUR TEMPS DE **LOISIR**
DEVANT UN ÉCRAN À 2 HEURES PAR JOUR



86%

DES ÉLÈVES PASSENT PLUS DE 2 HEURES
PAR JOUR DE TEMPS DE LOISIR DEVANT
UN ÉCRAN

Résultats de l'édition 2021-2022 du Sondage sur le mieux-être des élèves

POUR PLUS D'INFORMATION:
CSEPGUIDELINES.CA | PARTICIPACTION.COM



New Brunswick Health Council | Conseil de la santé
du Nouveau-Brunswick