

Numéro d'enregistrement de la ROP : POR 056-16
Numéro de contrat de TPSGC : HT372-163362/001/CY
Date d'octroi du contrat : le 27 octobre 2016
Date de livraison : le 15 février 2017

Tests en groupes de discussion des messages relatifs à la santé supplémentaires de la Cote air santé (CAS)

Rapport final

Rédigé par :
Corporate Research Associates Inc.

Rédigé pour le compte de :
Santé Canada

This report is also available in English.

Pour de plus amples renseignements sur le rapport, écrivez au :
por-rop@hc-sc.gc.ca

CRA 
CORPORATE RESEARCH ASSOCIATES
7071, Bayers Road, bureau 5001
Halifax (Nouvelle-Écosse) B3L 2C2
www.cra.ca
1-888-414-1336



Table des matières

Page

Introduction	1
Méthodologie de recherche.....	2
Contexte de la recherche qualitative	3
Sommaire.....	4
Analyse détaillée	8
La qualité de l'air	8
La Cote air santé	11
Examen des différents messages – Commentaires d'ordre général	12
Message n° 1	13
Message n° 2	15
Message n° 3	17
Message n° 4	18
Message n° 5	21
Message n° 6	23
Message n° 7	25
Message n° 8	27
Message n° 9	29

Annexes :

Annexe A – Questionnaire de recrutement

Annexe B – Guide de l'animateur

Annexe C – Matériel testé

Introduction

Dans l'espoir de mieux mesurer la pollution atmosphérique et de mieux rejoindre la population canadienne à ce sujet, Environnement Canada et Santé Canada ont collaboré avec des gouvernements provinciaux, des administrations municipales et des organismes non gouvernementaux dans les domaines de la santé et de l'environnement pour réviser leur approche relativement à la Cote air santé.

La Cote air santé, ou CAS, a vu le jour il y a quelques années de cela dans le but de communiquer les risques que présentent les différents niveaux de qualité de l'air à la santé et ainsi d'aider les Canadiens et les Canadiennes à se protéger au quotidien des répercussions que pourrait avoir la pollution atmosphérique.

Le fondement scientifique de la nouvelle CAS provient de la recherche épidémiologique entreprise par Santé Canada, qui estime les risques relatifs à court terme que constitue une combinaison de polluants atmosphériques courants reconnus comme nuisibles à la santé humaine. La nouvelle CAS se concentre sur les polluants que l'on peut mesurer et contrôler, et propose des messages relatifs à la santé qui font la promotion de mesures que les citoyens et les intervenants en santé peuvent prendre pour limiter l'exposition à court terme à la pollution atmosphérique.

Elle a été lancée dans diverses régions du pays et a fait l'objet de campagnes de sensibilisation à plusieurs endroits. À l'heure actuelle, la CAS est offerte dans les 10 provinces et deux territoires, et une version à prévisions seulement existe au Québec. La CAS prend la forme d'une échelle conçue de manière à aider les Canadiens et Canadiennes à évaluer les répercussions que la qualité de l'air pourrait avoir sur leur santé à un moment donné. Le risque associé à la qualité de l'air reçoit une note de 1 à 10 et un qualificatif connexe (faible, modéré, élevé ou très élevé).

Des messages relatifs à la santé sont également affichés; ceux-ci sont personnalisés en fonction des différents niveaux de la CAS et aident les gens à choisir leurs activités d'après la pollution atmosphérique que l'on retrouve dans leurs collectivités. Bien que ces messages aient une vaste portée, les partenaires et intervenants de l'initiative ont souligné l'importance de fournir des messages précis aux groupes particulièrement touchés par la pollution atmosphérique (les personnes asthmatiques, les patients atteints d'une maladie cardiovasculaire, les jeunes enfants, etc.) dans le but de les aider à mieux comprendre pourquoi ils sont vulnérables. C'est avec cet objectif en tête que l'équipe de la CAS a convoqué un groupe de partenaires et d'intervenants experts en communications et en diverses sous-spécialités médicales pour mettre au point des messages supplémentaires, messages qui accompagneraient les messages standard actuels de la CAS. La création de nouveaux messages relatifs à la santé est un élément clé du processus d'amélioration continue de la CAS ainsi qu'un engagement pris dans le cadre des activités actuelles du Programme de réglementation de la qualité de l'air (PRQA).

Santé Canada a ensuite demandé à Corporate Research Associates Inc. (CRA) d'évaluer la réaction du public aux messages supplémentaires dans le cadre d'une série de discussions en groupe menées avec des Canadiens et des Canadiennes, y compris des membres du grand public et de ce qu'on appelle la population « à risque ». Les résultats de cette étude fourniront à Santé Canada de l'information qui l'aidera à modifier les messages proposés et ainsi à mieux aider la population « à risque » et la population en général à réduire son exposition à la pollution atmosphérique.



Cette recherche vise notamment les objectifs suivants :

- Évaluer à quel point les nouveaux messages aident les populations « à risque » à comprendre les risques pour la santé posés par la pollution atmosphérique et la population générale à réfléchir sur les meilleures façons d'être actif à l'extérieur (éviter les zones de forte circulation lors d'un sport extérieur, par exemple).
- Évaluer les messages en fonction de leur clarté, de leur crédibilité, de leur exhaustivité et de leur faculté à inspirer l'action (appel à l'action, changement de comportement).
- Mesurer la clarté, la crédibilité et l'exhaustivité globale de la CAS.

Dans le but d'atteindre ces objectifs, huit groupes de discussion ordinaires ont été tenus dans quatre villes du Canada : Edmonton (Alberta), Montréal (Québec), Vancouver (C.-B.) et Halifax (N.-É.). Dans chaque ville, un groupe a été composé de personnes sélectionnées comme faisant partie de la population « à risque » tandis qu'un deuxième groupe comprenait des membres de la population en général. Les discussions de groupe ont eu lieu entre le 6 et le 8 décembre 2016, chaque séance durant environ deux heures. En tout, 70 participants auront participé à l'étude.

Le présent rapport présente les constatations des discussions, des conclusions et recommandations fondées sur lesdites constatations ainsi qu'un sommaire et une description de la méthodologie employée. Tous les documents employés dans le contexte de l'étude sont joints au rapport, y compris le questionnaire de recrutement, le guide de l'animateur et les messages qui ont fait l'objet des tests.

Méthodologie de recherche

Deux groupes anglophones ont été formés à Vancouver (C.-B.), à Edmonton (Alberta) et à Halifax (N.-É.), et deux groupes francophones, à Montréal (Québec), pour un total de huit groupes. Les discussions ont été tenues entre le 6 et le 8 décembre 2016, et un total de 70 participants a pris part à l'étude (sur 80 qui avaient été recrutés). Les participants ont chacun reçu 75 \$ en guise de remerciement pour leur temps. Voici la répartition des participants par ville :

Répartition des groupes de discussion

	Date	Population « à risque »	Grand public	Total
Edmonton, Alberta	Le 6 décembre 2016	9	8	17
Vancouver, C.-B.	Le 8 décembre 2016	8	9	17
Montréal, Québec	Le 7 décembre 2016	8	8	16
Halifax, N.-É.	Le 8 décembre 2016	10	10	20

L'étude a eu lieu par l'entremise de groupes de discussion composés d'adultes (18 ans et plus) de la population en général et des populations dites « à risque ». Tous les participants ont affirmé savoir qu'il existait une cote de qualité de l'air ou un instrument d'information publique qui fournit des renseignements au sujet du niveau de pollution atmosphérique dans la collectivité ou la région où ils habitent. Tous étaient également d'avis que la qualité de l'air de leur environnement a assurément ou probablement une incidence sur leur santé ainsi que sur celle de toutes les personnes dont ils sont responsables. On trouvait dans chaque groupe un maximum de deux personnes de 60 ans et plus. Chaque groupe comprenait également des membres de divers niveaux de revenus et de scolarité.



Au sein des groupes de la population en général, de nombreuses caractéristiques sociodémographiques étaient représentées. La composition des groupes de population « à risque » devait pour sa part suivre les critères suivants :

- au moins deux personnes qui ont actuellement des enfants de 12 ans et moins qui vivent avec eux au moins une partie du temps;
- au moins deux femmes enceintes;
- au moins deux personnes qui se considèrent comme très ou quelque peu actives à l'extérieur;
- au moins une personne qui fait de l'asthme ou qui est atteinte d'un autre trouble respiratoire diagnostiqué par un professionnel de la santé, ou alors qui prend soin d'une personne dont c'est le cas;
- au moins trois personnes qui ont reçu un diagnostic de trouble cardiaque ou de maladie chronique, ou alors qui prennent soin d'une personne dont c'est le cas – parmi celles-ci, il en fallait au moins une pour chaque maladie ou problème de santé suivant : asthme ou autre trouble respiratoire, maladie cardiovasculaire et diabète.

Comme le veut la pratique courante, les personnes qui avaient assisté à au moins un groupe de discussion au cours des six derniers mois, qui avaient participé à au moins trois groupes de discussion au cours des cinq dernières années ou qui avaient participé à un groupe sur la santé n'ont pas pu participer à l'étude.

Contexte de la recherche qualitative

Les discussions qualitatives se veulent des discussions détendues et non menaçantes dirigées par un animateur, et regroupant des participants qui présentent des caractéristiques, des habitudes et des attitudes qui sont jugées pertinentes dans le contexte du sujet traité. Les discussions qualitatives individuelles ou en groupe ont pour avantage principal de permettre la réalisation d'une enquête fouillée auprès des participants admissibles relativement aux habitudes comportementales, aux motifs d'utilisation, aux perceptions et aux attitudes face au sujet traité. La discussion de groupe offre toute la souplesse requise pour explorer d'autres aspects de la question qui peuvent être pertinents pour l'enquête. Une recherche qualitative permet de mieux comprendre un segment, car les pensées ou les sentiments sont exprimés dans les propres mots des participants avec toute la passion qui les anime. Les techniques qualitatives sont utilisées pour des études de marché dans le but de fournir une orientation et une compréhension approfondies, plutôt que de fournir des données quantitatives précises ou absolues. Pour cette raison, les résultats ne servent qu'à donner une idée d'orientation et ne peuvent pas être projetés sur l'ensemble de la population étudiée.



Sommaire

Corporate Research Associates Inc.
 Numéro de contrat : HT372-163362/001/CY
 Date du contrat : le 27 octobre 2016

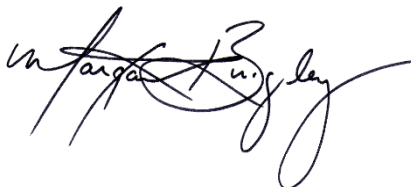
Contexte et objectifs

Dans l'espoir de finaliser neuf messages de la Cote air santé (CAS) personnalisés pour les groupes de personnes déterminés comme étant davantage touchés par les répercussions de la pollution atmosphérique sur la santé, Santé Canada a demandé la tenue d'une série de huit groupes de discussion dans quatre villes différentes. Cette étude avait pour but d'évaluer l'efficacité des nouveaux messages ainsi que leur clarté, leur crédibilité, leur exhaustivité et leur capacité à pousser à l'action. Deux autres points, la sensibilisation à la CAS et la compréhension de celle-ci, ont également été brièvement évalués. Entre le 6 et le 8 décembre 2016, des discussions de groupe ont été tenues en anglais à Toronto (Ontario), à Vancouver (C.-B.) et à Halifax (N.-É.), et en français à Montréal (Québec). Dans chacune de ces villes, un groupe était composé de membres de la population en général et un autre regroupait des personnes faisant partie des populations dites « à risque » (des parents de jeunes enfants, des femmes enceintes, des personnes actives à l'extérieur et des personnes atteintes d'un trouble respiratoire, d'une maladie cardiovasculaire ou de diabète, ou prenant soin d'une personne dont c'est le cas). En tout, 70 personnes ont participé aux discussions dans les différentes villes. Notons que l'interprétation des résultats de la présente étude doit être faite avec précaution, car les recherches qualitatives ne servent qu'à orienter les efforts. Les résultats ne peuvent pas être extrapolés avec confiance à l'ensemble de la population étudiée. La valeur contractuelle totale de la recherche était de 58 324,95 \$ (TVH incluse).

Preuve de neutralité politique

J'atteste par la présente et à titre de représentant de Corporate Research Associates Inc. que les résultats attendus sont entièrement conformes aux exigences en matière de neutralité décrites dans la politique de communication du gouvernement du Canada ainsi que dans les procédures de planification et d'attribution de marchés de services de recherche sur l'opinion publique. Plus précisément, les résultats attendus n'incluent pas de renseignements sur les intentions de vote électoral, les préférences quant aux partis politiques ou les positions des partis, et les cotes de performance d'un parti politique ou de ses dirigeants.

Signée



CORPORATE RESEARCH ASSOCIATES

opérations

Date : le 10 janvier 2017

Conclusions

Les **tests en groupes de discussion des messages relatifs à la santé supplémentaires de la Cote air santé (CAS)** ont révélé que les participants désirent recevoir de l'information sur la qualité de l'air et notamment sur les répercussions de la pollution atmosphérique sur la santé, le tout avec des recommandations particulières les



avisant de ce qu'ils peuvent faire pour réduire au minimum les incidences de l'exposition. Cela dit, puisque la qualité de l'air au Canada est perçue comme étant bonne, la population en général n'y accorde que rarement son attention, sauf en cas d'incident majeur (p. ex., feu de forêt, alerte de smog). La qualité de l'air prend toutefois de l'importance pour les populations dites « à risque », mais pas assez pour que celles-ci y pensent tous les jours.

Les participants n'ont qu'un niveau de connaissance limité des facteurs qui influencent la qualité de l'air, mais ils sont d'avis qu'une variété de facteurs liés à la pollution, à l'environnement (p. ex., le niveau d'humidité, la chaleur ou le froid extrême) et à des incidents ou désastres précis y jouent un rôle. Pour ce qui est de l'évaluation de la qualité de l'air, les participants se fient généralement à leurs sens, mais prennent également en considération les nouvelles et les indices de qualité de l'air et de pollen, surtout sur MétéoMédia (et, dans une moindre mesure, ceux fournis par Environnement Canada), les bulletins météorologiques et les panneaux extérieurs.

Bien que les participants reconnaissent que les personnes atteintes d'un problème de santé affaiblissant leur système immunitaire, les enfants et les personnes âgées courent davantage de risques de souffrir de la pollution atmosphérique, ils sont d'avis que la pollution touche en fait tout le monde. De plus, bien que les participants sachent globalement qu'il existe des évaluations de la qualité de l'air, le niveau de connaissance de la Cote air santé en tant que telle varie. Les participants de Vancouver et d'Edmonton connaissaient la CAS même s'ils ne comprenaient pas très bien son fonctionnement, tandis que ceux d'Halifax n'y étaient que moyennement sensibilisés. À Montréal, les participants ne la connaissaient pas du tout. Cela dit, les participants des différentes villes n'utilisent que peu la Cote, car ils ne la comprennent pas bien ou ils pensent ne pas en avoir besoin étant donné la bonne qualité de l'air.

L'on peut lire ci-dessous un aperçu de la réaction des participants à chacun des neuf messages abordés dans le cadre des groupes de discussion ainsi que quelques grandes conclusions tirées de l'analyse des constatations :

- ***Le message n° 1 parvient à cibler efficacement les parents et les personnes qui prennent soin d'autres gens par son texte à la fois simple et important, mais son appel à l'action est plutôt faible.***

De manière générale, les participants ont aimé ce message pour sa clarté, sa concision et sa crédibilité, ainsi que pour la possibilité d'agir en conséquence, mais il faudrait expliquer davantage plusieurs des concepts qu'on y trouve, y compris « prendre une pause », le niveau d'activité dont il est question et la façon de déterminer que quelqu'un « se sent mieux ». Il faudrait également mentionner que les symptômes énoncés sont causés par la pollution atmosphérique, pour ne pas les confondre avec les symptômes d'autres maladies. Un grand nombre de participants recommande aussi d'inscrire au long le nom de la CAS pour davantage de clarté. Le public cible du message a été grandement reconnu comme étant les parents et les personnes qui prennent soin d'autres gens (et, dans une moindre mesure, les personnes âgées), mais il pourrait être intéressant de communiquer ce message à tous ceux qui font des activités à l'extérieur. Étonnamment, le groupe de population en général s'est senti plus touché personnellement par ce message que le groupe de population « à risque ».

- ***Le message n° 2 n'est ni suffisamment intéressant ni suffisamment précis, et il lui manque un appel à l'action clair. Par contre, il fait un rappel plutôt utile des risques que certains publics particuliers courent.***

Si l'on se fie à la réaction des participants, ce message ne parvient pas à bien attirer l'attention des lecteurs en raison de la longue énumération des problèmes de santé avec laquelle il commence, ainsi que de l'absence de recommandations à suivre. Ils jugent le public cible trop restreint et pensent qu'il faudrait l'élargir en parlant à la fois aux personnes touchées par les problèmes de santé énoncés et aux personnes qui connaissent quelqu'un de touché. Le message présente un autre problème : il ne fait pas d'appel à l'action évident. Ainsi, même s'il affirme clairement que la pollution atmosphérique peut avoir une grande incidence



sur la santé des groupes mentionnés, il ne dit pas ce que ces groupes devraient faire pour se protéger. Les participants ont aimé qu'on leur présente la notion d'impact de la pollution atmosphérique sur les diabétiques, car ce lien ne leur était pas bien connu. Cela dit, il faudrait également accompagner ce message de plus amples explications pour le rendre plus crédible et plus pertinent.

- ***Bien que les participants appuient l'intention du message n° 3, son objectif exact leur semble vague, tout comme son lien avec la CAS.***

Les avis étaient plutôt partagés au sujet de ce message, principalement en raison de l'emploi de termes peu précis et de concepts mal expliqués comme la « CAS modérée », l'« augmentation de la CAS », « ressentir des symptômes », les « activités exténuantes » et les « enfants en santé ». L'expression « en règle générale » n'aide pas non plus. Par ailleurs, le message est également empreint de confusion : on y parle autant de l'importance de l'activité physique que de l'impact de la qualité de l'air sur la santé, sans pour autant tracer un lien clair entre ces deux concepts. De plus, certains participants ont jugé que la phrase « les avantages de l'activité physique surpassent les risques liés à la pollution atmosphérique » minimise les répercussions de la pollution atmosphérique sur la santé. Une fois encore, les participants ont estimé que ce message était important pour la population en général même s'il vise en fait les parents et les enfants, et donc qu'il faudrait en élargir la portée ou clairement inscrire qu'il s'adresse aux parents.

- ***Le message n° 4 est problématique, car il semble contradictoire et peu crédible, et il n'appuie pas assez ses dires.***

Les groupes de discussion ont souligné deux problèmes principaux pour ce message : ses affirmations sont contradictoires et il n'étaye pas suffisamment ce qu'il dit. Pour cette raison, les participants ont fait état d'un manque de clarté, de crédibilité et d'utilité. Puisque le message affirme d'une part que des données scientifiques montrent une incidence des polluants atmosphériques sur le fœtus et, d'autre part, que la recherche n'est pas conclusive, les participants ne savent plus quoi en faire. Par ailleurs, le message semble donner un avertissement, mais se termine en suggérant le *statu quo* pour les femmes enceintes, ce qui a fait en sorte que certains remettent en question l'importance d'une telle communication. Il est donc essentiel de définir la source des données scientifiques et de fournir de l'information quantifiable dans le but de donner du poids aux arguments. De plus, il pourrait être possible d'augmenter la crédibilité du message si l'on cesse d'utiliser des références vagues comme « faible incidence », « peut avoir » et « moindre mesure ».

- ***Le message n° 5 était source de confusion pour les participants. Il fournit trop d'information et son objectif et son appel à l'action ne sont pas clairs.***

Les problèmes principaux de ce message sont l'absence d'un objectif et d'un appel à l'action clairs, même quand on le présente comme fournissant de l'information au sujet des métiers ou des activités pour lesquels les risques des répercussions de la pollution atmosphérique augmentent. De plus, les participants ont eu de la difficulté à imaginer des conseils qui pourraient être mis en pratique par les gens touchés si leur employeur ne prenait pas l'engagement d'offrir des conditions de travail adaptables en fonction de la pollution atmosphérique. Le fait que plusieurs activités intérieures sont mentionnées a également été source de confusion, car les participants avaient cru comprendre que la CAS s'appliquait à la qualité de l'air à l'extérieur. Enfin, il a été recommandé d'utiliser à la fois le système métrique et le système impérial de manière à rejoindre plus de gens dans les différents groupes d'âge.

- ***Le but du message n° 6 n'est pas clair et son ton a semblé condescendant à certains participants.***

Ce message n'est pas assez précis; l'ajout d'un titre pourrait aider à clarifier son but. Certains participants ont également jugé qu'en donnant des instructions (p. ex., « vous devez ») au lieu de donner des



recommandations (« vous devriez »), et en rappelant au public cible de « bien contrôler votre maladie chronique », le message semblait condescendant, voire humiliant. Il faudrait par conséquent envisager de changer le ton du message et de fournir des recommandations quant à ce que l'on peut faire pour adapter son comportement au niveau de la CAS. Notons aussi que des participants se sont dits très inquiets du fait que le message proposait d'augmenter ou de modifier la médication, car cela pouvait être interprété comme une recommandation d'adapter soi-même son traitement, et ce, même s'il est effectivement écrit de suivre les conseils d'un médecin. Enfin, il faudrait fournir davantage d'explications au sujet des « effets néfastes » et de ce qu'il faut surveiller quand une « condition s'aggrave ». Ainsi, le public cible obtiendrait de nouveaux outils et bénéficierait d'un appel à l'action plus solide.

- ***Les participants ont exprimé des doutes quant aux affirmations du message n° 7, comme quoi il n'y a pas de lien entre la qualité de l'air et les odeurs et la visibilité, car leurs expériences personnelles leur font croire le contraire.***

Ce message a reçu des commentaires globalement positifs de la part de tous les groupes, car il brise le mythe du lien entre la qualité de l'air, les odeurs et la visibilité. Cela dit, les participants sont d'avis qu'il faudrait fournir un peu plus d'explications pour mieux étayer ce qu'il affirme. Effectivement, dans certains cas, les participants ont vu un lien direct entre les odeurs et les signes visibles de polluants qui affectent la qualité de l'air, y compris la fumée, les émissions des voitures et le smog. Il est important de rendre le message plus crédible, car les gens se fient actuellement à leurs sensations pour évaluer la qualité de l'air. Pour renforcer l'appel à l'action du message, il faudrait fournir de plus amples renseignements au sujet des « conseils pertinents » que fournit la CAS et des « symptômes ressentis » auxquels il faut porter attention. Notons également que le texte français ne coulait pas assez bien et semblait être traduit directement de l'anglais, au lieu d'interpréter le message anglais.

- ***Bien qu'il soit possible d'agir pour le message n° 8, certains participants ont jugé qu'il était trop répétitif, difficile à interpréter et irréaliste pour les résidents des villes, qui se trouvent constamment à proximité de zones où la circulation est élevée.***

Ce message donne des recommandations précises, ce que les participants ont apprécié. Certains résidents des régions urbaines ont toutefois remis en question la possibilité de suivre ces recommandations étant donné que les espaces extérieurs auxquels ils ont recours (p. ex., les parcs, écoles et terrains de jeux) se trouvent à proximité de zones à forte circulation. Le message devrait donc être modifié pour clarifier qu'il s'agit d'une recommandation à suivre « dans la mesure du possible ». Les participants auraient également voulu de plus amples renseignements étayant ces conseils; ceux-ci pourraient être fournis par l'entremise d'hyperliens. Par ailleurs, les participants étaient d'avis qu'il n'était pas nécessaire de présenter l'information de deux façons différentes. Certains préféraient la simplicité du texte, tandis que d'autres préféraient la clarté du tableau. Cela dit, il faudrait fournir d'autres références afin d'aider le grand public à se faire une meilleure idée des distances inscrites dans le tableau.

- ***Les participants ont bien accueilli le message n° 9, mais certains l'ont trouvé condescendant. De plus, il ne semble avoir qu'un faible lien avec la CAS.***

Bien que les participants considèrent ce message comme crédible, clair et directif, les non-asthmatiques se sentent peu touchés, ne faisant pas partie de son public cible. Ici aussi, certaines recommandations, par exemple celle demandant de contrôler une maladie, ont donné l'impression d'un ton condescendant. Notons aussi que le lien entre ce message et la CAS n'était pas évident. Le message a semblé trop long, trop étiré compte tenu de son objectif. Certaines affirmations relevaient notamment du bon sens (p. ex., « assurez-vous de contrôler votre asthme avant de commencer à faire de l'exercice »).



Analyse détaillée

La qualité de l'air

De manière générale, la qualité de l'air est considérée comme étant bonne et les participants la jugent importante, mais seules certaines personnes la vérifient régulièrement.

Les impressions à l'égard de la qualité de l'air

Pour lancer la discussion, les participants ont dû parler de leurs perceptions générales au sujet de la qualité de l'air et s'il s'agissait de quelque chose auquel ils portaient régulièrement attention. L'étude a conclu que globalement, les participants sont d'avis que la qualité de l'air est importante et qu'elle doit rester bonne pour que la population puisse être en santé et éviter des problèmes de santé.

« It's important to have clean air, to have clarity and a good smell, for your health. » (Avoir un air pur, c'est important pour la visibilité, pour l'odeur et pour la santé.)

Cela dit, puisque la qualité de l'air au Canada semble généralement bonne aux participants, ils ne s'en préoccupent pas beaucoup. Effectivement, à Edmonton et à Halifax, la qualité de l'air était généralement considérée comme bonne, tandis que les résidents de Vancouver estimaient que l'air qu'ils respirent était généralement bon en raison de la quantité de vent et de pluie dans la région, sauf quand il y avait un feu de forêt ou une période de forte humidité ou de fort smog.

« We have a lot of rain so it cleans the air. » (Il pleut beaucoup ici, cela nettoie l'air.)

« I think about it in summer when there is high humidity. It's not healthy to breathe then. » (J'y pense en été, quand il fait très humide. L'air n'est alors plus très sain à respirer.)

À Montréal, les participants ont estimé que la qualité de l'air sur l'île n'était pas très bonne en raison des véhicules et des industries. Elle leur semblait meilleure dans les régions environnantes. Dans les deux groupes, les participants ont mentionné que les feux de foyer jouaient un grand rôle dans la mauvaise qualité de l'air.

Dans les différentes villes, plusieurs personnes qui estimaient que la qualité de l'air était bonne ont indiqué que cette impression était par comparaison à d'autres endroits dans le monde, comme la Chine.

« In Canada, I don't pay as much attention as maybe I should. In other countries [air quality] is lower because of the number of vehicles and smog. » (Au Canada, je n'y porte peut-être pas autant d'attention que je le devrais. Dans d'autres pays, [la qualité de l'air] n'est pas aussi bonne en raison du nombre de véhicules et du smog.)

Certaines personnes du groupe de population « à risque » ont affirmé qu'elles portaient attention à la qualité de l'air à l'extérieur pour elles-mêmes ou pour un membre de leur foyer au moins de temps à autre, surtout avant de planifier une activité à l'extérieur ou quand une situation particulière leur semblait susceptible d'avoir une incidence sur la qualité de l'air, par exemple un feu de forêt ou un smog élevé. Les participants du groupe de la population en général, pour leur part, étaient moins susceptibles de porter attention à la qualité de l'air à l'extérieur, à l'exception des personnes souffrant d'allergies ou de troubles respiratoires : ces dernières étaient bien plus enclines à en tenir compte.



« I hadn't paid attention until my spouse introduced me to the air quality index. I want to be able to breathe. » (Je n'y avais jamais porté attention avant que ma conjointe me présente la cote de qualité de l'air. Je veux pouvoir respirer.)

« I have allergies so it's on my radar. Snow mold and the fluffy stuff off the trees. I look out for pollen. » (J'ai des allergies et donc j'y fais attention. La moisissure des neiges, les espèces de flocons qui tombent des arbres... Je fais gaffe au pollen.)

Les participants ont estimé qu'un grand nombre de facteurs différents étaient susceptibles d'influencer la qualité de l'air, y compris la pollution (p. ex., des industries, des véhicules, du tabagisme, des égouts), les facteurs environnementaux (p. ex., la chaleur ou le froid extrême, le pollen, la quantité de verdure, la pluie, le vent, la sécheresse) et certains événements ou situations (p. ex., feux de forêt, déversements de produits chimiques, feux d'artifice, exploitation minière, notamment de charbon). Plusieurs autres éléments ont également une influence sur la qualité de l'air, mais dans une moindre mesure, par exemple l'emplacement, la poussière, les aérosols, les vapeurs, les émanations, les particules provenant des expéditions, l'élimination des déchets, les personnes qui voyagent malades, les allergènes et les poils de chat.

Bien que les participants de tous les groupes aient reconnu que tout le monde pouvait être touché par la qualité de l'air, les groupes jugés comme étant les plus touchés étaient les nourrissons, les enfants, les personnes âgées et les personnes atteintes de problèmes respiratoires (asthme ou autre), de problèmes cardiaques, de maladies auto-immunes, de cancer ou d'allergies.

Évaluer la qualité de l'air

Pour évaluer la qualité de l'air, la plupart des participants commencent par se fier à leurs sens : mauvaise visibilité, smog visible, odeur de pollution, d'émissions de véhicules ou de fumée, quantité de pollen dans l'air, niveau d'humidité, froid ou chaleur extrême, etc. Ceux qui cherchent de l'information ailleurs désirent une description générale allant de bonne à mauvaise pour déterminer à quel point ils seront à l'aise en faisant une activité à l'extérieur.

« I don't pay attention until it smells or as soon as I can see it. » (Je commence à y porter attention uniquement quand ça sent mauvais ou quand je peux le voir.)

« I assess it by smell, whether we're downwind from refineries or not. » (Je l'évalue en fonction de l'odeur, que le vent nous apporte l'odeur des raffineries ou non.)

Pour ce qui est des endroits où les participants cherchent de l'information pour mieux évaluer la qualité de l'air, MétéoMédia (à la télévision, en ligne et par l'application) a été mentionné par tous les publics et dans toutes les villes comme source clé d'information sur la qualité de l'air. Il s'agit de toute évidence de la source que les participants consultent le plus pour de l'information sur la qualité de l'air.

D'autres médias, comme Radio-Canada et d'autres sites de nouvelles, ont été mentionnés comme sources d'information. Certains participants ont mentionné que le site Web d'Environnement Canada offrait de l'information fiable, comme les « sites Web du gouvernement » en général et certaines sources provinciales ou municipales précises. Toutes les autres sources d'information ne sont que peu fréquemment utilisées, y compris les écrans d'information sur la météo dans le métro de Montréal et WEBA à Edmonton.



« I look to see how they [the Province of Alberta] rate air quality. » (Je regarde comment [la province de l'Alberta] évalue la qualité de l'air.)

Les constatations de l'étude démontrent clairement que les participants perçoivent un lien complémentaire entre la météo et la qualité de l'air. Effectivement, ils ont tendance à rechercher de l'information sur la qualité de l'air en même temps que des bulletins météorologiques.

Quand on leur a demandé quelle serait leur méthode *idéale* pour obtenir de l'information sur la pollution atmosphérique, les participants ont affirmé que leurs méthodes actuelles, les applications et les sites Web, fonctionnaient bien. Ils étaient également d'avis qu'il était logique de fournir l'information sur les conditions météorologiques côte à côte avec celle sur la qualité de l'air.

« The Weather Network app works well. They give warnings. » (L'application de MétéoMédia fonctionne bien. Elle donne des alertes.)

D'autres participants ont mentionné qu'ils aimeraient avoir des avertissements directs dans les nouvelles ou sur leur téléphone en cas de qualité de l'air particulièrement mauvaise, comme c'est le cas pour les alertes AMBER. Ainsi, ils n'auraient pas besoin de toujours la vérifier pour être avisés des changements devant être pris en compte pour des questions de santé.

« If it's severe it should be in the news. » (Si le problème est grave, il devrait en être question dans les nouvelles.)

Plusieurs autres idées ont été formulées quant à ce que l'on pourrait faire pour communiquer l'information sur la qualité de l'air, y compris l'afficher sur des panneaux de part et d'autre de la ville (comme pour la température sur certains immeubles) ou l'inclure dans les nouvelles du matin que l'on reçoit sur le téléphone ou le réveille-matin. À Montréal, les panneaux extérieurs (et surtout ceux dans les stations de métro et les gares de train) permettraient bien de rejoindre le public cible.



La Cote air santé

Les participants ne connaissent pas très bien la Cote air santé et ne peuvent pas vraiment dire qui la crée et comment on la mesure.

Les participants ont d'abord dû dire s'ils avaient déjà entendu parler de la Cote air santé, ou CAS, sans aucune aide. À Vancouver et à Edmonton, la CAS était bien connue : presque tous les participants ont dit qu'ils en avaient déjà entendu parler. Cela dit, ils ne savaient pas vraiment qui la crée et comment on la mesure. Certains ont essayé de le deviner, la disant produite par des météorologues, des administrations municipales, des stations météorologiques à l'aéroport, Environnement Canada, MétéoMédia et The Weather Channel. À Halifax, les gens en avaient peu entendu parler, tandis qu'à Montréal, personne ne la connaissait.

Pour ce qui est du fonctionnement de la CAS, les participants d'Edmonton et de Vancouver comprenaient de manière générale que plus la Cote est élevée, moins la qualité de l'air est bonne. Certains ont même pu décrire les codes de couleur et l'aspect visuel de la Cote sans la moindre aide. Ceux qui connaissaient la Cote l'avaient généralement vue dans les nouvelles, sur MétéoMédia ou sur The Weather Channel. Cela dit, même chez les gens qui la connaissaient, personne n'était sûr de la façon dont il fallait réagir à la Cote ou de ce qu'il fallait faire en cas de mauvaise qualité de l'air.

« I've heard of it but I'm not sure what to do with it. » (J'en ai entendu parler, mais je ne sais pas trop quoi en faire.)

Chez ceux qui avaient déjà vu la Cote, rares étaient ceux qui l'avaient utilisée, car ils ne savaient pas comment adapter leur façon d'agir aux résultats ou parce que la qualité de l'air était toujours bonne. Certains pensaient que la meilleure chose à faire en cas de mauvaise qualité de l'air était de rester à l'intérieur au lieu de modifier leurs activités extérieures en fonction du niveau de pollution atmosphérique.

« I use it. If it's severe I'd probably not go out walking. » (Je m'en sers. Si le problème est grave, je ne sortirai probablement pas me promener.)

« I can't do anything about it, can't control it, so no, I haven't paid attention [to it]. » (Puisqu'il n'y a rien que je puisse faire et puisque je ne peux rien contrôler, je n'y porte pas attention.)

« I haven't used it, except if there was a chemical spill or a forest fire, then I would. » (Je ne m'en suis pas servi, mais s'il y avait un déversement de produits chimiques ou un feu de forêt, je m'en servais.)

Les participants ont ensuite reçu une description de la CAS et on leur a expliqué où la trouver en ligne et quel genre de renseignement elle fournissait. Dans certaines villes, y compris à Vancouver et à Montréal, les participants ont pu voir le site Web de la CAS pendant quelques instants, histoire d'obtenir un peu de contexte avant la discussion de groupe sur les messages. On les a également avisés que la CAS était présentée avec des renseignements sur les groupes les plus touchés et des messages mis à jour en fonction de la Cote. Même après avoir reçu de l'aide, les participants d'Halifax connaissaient peu la CAS. Ceux de Montréal ne la connaissaient toujours pas du tout.



Examen des différents messages – Commentaires d'ordre général

Il pourrait être utile de communiquer des messages simples, justifiés, directs et pour lesquels il est possible d'agir, tout en donnant accès à de l'information détaillée.

Après les premières discussions sur la qualité de l'air et la CAS, chaque participant a reçu une copie papier des neuf messages aux fins d'examen. Chacun des messages a été lu à voix haute, puis les participants ont dû les lire de leur côté et indiquer les points qui attiraient leur attention ainsi que les éléments qui étaient source de confusion ou incomplets. Chaque participant a ensuite dû répondre à cinq questions sur la crédibilité du message, sa pertinence, son utilité, sa clarté et sa compréhensibilité. Enfin, le groupe a discuté de chacun des messages.

Dans la plupart des cas, les participants ont jugé utile l'information communiquée dans chacun des neuf messages, que ce soit à titre de rappel (quand le contenu semblait déjà connu) ou pour apprendre de nouveaux concepts. Les participants étaient effectivement réceptifs à l'obtention de plus amples renseignements, mais ils auraient également voulu savoir quelle en était la source.

Ils estimaient les messages plus utiles si on y trouvait un appel à l'action clair et de l'information détaillée et précise au sujet de ce qu'il faut surveiller pour prévenir ou limiter les répercussions de la pollution atmosphérique. De manière générale, les participants se sentaient conscients des répercussions potentielles de la pollution atmosphérique sur leur santé, mais ne savaient pas trop quoi faire pour éviter ou réduire au minimum les dangers.

*« Add hyperlinks and more visual examples so I can see how it [AQHI] could affect my health. »
(Ajoutez des hyperliens et des exemples visuels pour que je puisse mieux voir comment [la CAS] peut influencer ma santé.)*

« They should explain where it [AQHI] comes from and how it's calculated. » (Il faudrait expliquer d'où vient [la CAS] et comment on la calcule.)

Les gens auraient voulu pouvoir continuer à utiliser les mêmes sources d'information sur la météo et la qualité de l'air pour obtenir de l'information sur la CAS, y compris MétéoMédia et son application, la télévision, les journaux, les panneaux dans les métros et ailleurs à l'extérieur, et les sites Web gouvernementaux. Parmi les méthodes recommandées pour fournir de l'information au public, mentionnons les brochures dans les cabinets des médecins, les écoles, les maisons de retraite et les bibliothèques, ainsi que les publicités sur Internet (moteurs de recherche et médias sociaux).

« Collaborate with schools, so kids know about air quality. » (Collaborez avec les écoles pour que les enfants entendent parler de la qualité de l'air.)

« Put it in doctors' offices on a pamphlet or fridge magnets that doctors give out. » (Faites un dépliant pour les cabinets de médecins ou alors un aimant pour réfrigérateur que les docteurs pourraient donner.)

Il est également important de rassurer les gens sur le fait que la CAS est mise à jour régulièrement et en temps réel. Effectivement, puisque les résidents désirent connaître la qualité de l'air pendant qu'ils planifient une activité, puis de nouveau avant de sortir pour l'activité, ils trouveraient utile d'avoir de l'information mise à jour.



La section suivante donne un aperçu des réactions à chacun des neuf messages :

Message n° 1

Le message n° 1 parvient à cibler efficacement les parents et les personnes qui prennent soin d'autres gens par son texte à la fois simple et important, mais son appel à l'action est plutôt faible.

Message 1 : Young children and the elderly are more sensitive to air pollution, especially if they have breathing or heart problems. Parents and caregivers can check the AQHI to find out the best time to plan outdoor activities. If you notice symptoms (trouble breathing, cough, sore throat, etc.) have those in your care take it easy until they feel better.

Les jeunes enfants et les personnes âgées sont plus sensibles à la pollution atmosphérique, spécialement s'ils ont des problèmes respiratoires ou cardiaques. Les parents et les personnes ayant la garde d'enfants peuvent vérifier la CAS pour savoir quel est le moment idéal pour organiser des activités extérieures. Si vous remarquez des symptômes (difficulté à respirer, toux, maux de gorge, etc.) chez votre enfant ou la personne que vous accompagnez, prenez une pause jusqu'à ce qu'il ou elle se sente mieux.

La plupart des participants ont considéré ce message comme étant concis, simple et clair. Dans toutes les villes, ils ont jugé que son ton global donnait une impression de risques faibles ou de faible urgence; ils s'attendaient à ce qu'il accompagne une Cote peu élevée, c'est-à-dire un faible niveau de pollution atmosphérique. Dans toutes les villes et tous les publics, le message a semblé crédible, et ses conseils, possibles à mettre en pratique. Seuls quelques participants des différentes villes ont cependant considéré qu'il fournissait de l'information utile pour eux et leur famille. Cela dit, les opinions sont peu prononcées pour ce qui est de la pertinence personnelle du message : les participants des groupes de la population en général se sont sentis plus touchés que ceux des groupes de population « à risque ». Quoi qu'il en soit, l'avis général était que le message parvenait efficacement à cibler les parents et les gens qui prenaient soin d'autres personnes, ainsi que, dans une moindre mesure, les personnes âgées. Plusieurs estimaient toutefois que ce genre de message pouvait s'appliquer à n'importe qui et qu'il devrait donc être reformulé en conséquence.

Certains points du message devraient être clarifiés. Le conseil de « prendre une pause », par exemple, a semblé trop vague à un grand nombre de participants. Il pourrait ainsi être utile de préciser les types d'activités entrant dans la catégorie de « prendre une pause », que cela signifie rester assis et immobile ou entreprendre des activités qui ne demandent que peu d'énergie (p. ex., lire, cuisiner, marcher, etc.).

« The first two sentences are clear. The last sentence is unclear; "take it easy"? That could be more specific. » (Les deux premières phrases sont claires. La dernière ne l'est pas; « prendre une pause »? Il faudrait expliquer ce que l'on veut dire.)

« Ça veut dire quoi, prendre une pause? C'est assez subjectif. Pendant combien de temps? Et on fait quoi? »

Quelques autres ont toutefois trouvé le conseil assez direct. La plupart ont trouvé intéressant et utile que le message parle de différents moments (« le moment idéal »), mais ils auraient voulu de plus amples renseignements au sujet de ce que l'on considère comme étant un moment idéal. Dans le même ordre d'idées, un grand nombre de participants a mentionné qu'il faudrait fournir de plus amples renseignements sur les répercussions de la pollution atmosphérique, car cela soulignerait l'importance d'y porter attention.



« It's helpful to know that different time of day part. » (La partie sur les différents moments de la journée est bonne à savoir.)

« Ça ne mentionne pas l'impact de la CAS sur la santé de ces gens. »

Quelques autres concepts ont été jugés vagues par certains participants, y compris le concept de « se sentir mieux » (à Vancouver), qui devrait être accompagné de plus amples renseignements, et celui d'« activités extérieures » (à Montréal), qui devrait être mieux défini, notamment en ce qui a trait au niveau d'efforts.

Plusieurs participants ont aimé que le message énonce différents exemples de symptômes. Certains se sont toutefois dits inquiets du fait que la « difficulté à respirer » était présentée avec d'autres symptômes jugés plutôt bénins, comme la toux et les maux de gorge, ce qui en réduit l'importance.

« Trouble breathing is much more severe than other symptoms. » (La difficulté à respirer est bien plus grave que les autres symptômes.)

Quelques participants étaient également d'avis que l'énoncé n'indiquait pas assez clairement que ces symptômes pouvaient être causés par autre chose que la pollution atmosphérique, p. ex. par un simple rhume. Ainsi, il pourrait impliquer que, quand on a de la difficulté à respirer dehors, c'est probablement en raison d'une mauvaise qualité de l'air. En utilisant un hyperlien pour préciser les symptômes, il serait possible de limiter le nombre de symptômes indiqués dans le message (et donc de retirer le « etc. » qui y figure).

« A sore throat might be caused by something else. It's alarming to hear this if the air quality is fine. Don't send it out if it isn't bad. » (Un mal de gorge pourrait être causé par autre chose. Entendre ça quand la qualité de l'air est bonne, ça pourrait faire peur. Ne le mentionnez pas si la situation n'est pas mauvaise.)

Cela dit, plusieurs participants ont recommandé d'ajouter un hyperlien au mot « symptômes » pour fournir la liste complète des signes physiques auxquels il faut faire attention ainsi que l'influence que la pollution atmosphérique pourrait avoir sur eux.

Enfin, même s'ils savaient que le message allait apparaître à côté de la CAS, un grand nombre de participants était d'avis que le nom complet de la Cote air santé devait apparaître dans le message, afin de le rendre plus clair. Toute réflexion faite, les participants estimaient que ce message était important et qu'il était adéquat que le gouvernement le partage avec le public, surtout si les niveaux de qualité de l'air sont élevés. Les participants étaient également nombreux à trouver l'information digne de confiance, crédible et exhaustive.

« This is important [to communicate] because people may not know. » (Il est important [de communiquer ce message] parce que les gens pourraient ne pas le savoir.)

« [This message is] important, as air quality deteriorates. If it's always at a '1', don't worry. » ([Ce message est] important quand la qualité de l'air se détériore. Si elle est toujours à « 1 », pas besoin de s'en soucier.)

« I would trust it if a news organization issued this information from the government. » (J'y ferais confiance si une organisation médiatique communiquait ces renseignements du gouvernement.)



Message n° 2

Le message n° 2 n'est ni suffisamment intéressant ni suffisamment précis, et il lui manque un appel à l'action clair. Par contre, il fait un rappel plutôt utile des risques que certains publics particuliers courent.

Message 2 : People who have existing respiratory illnesses such as asthma, chronic obstructive pulmonary disease (COPD), which includes chronic bronchitis and emphysema or lung cancer, and those with existing cardiovascular conditions such as angina, previous heart attack, congestive heart failure or heart rhythm problems (arrhythmia or irregular heartbeat) are sensitive to air pollution. People with diabetes are also more sensitive because they are more likely to have cardiovascular conditions. Air pollution makes it even harder for people to breathe, can make existing lung or heart-related symptoms worse. For example, it can trigger attacks.

Les personnes qui souffrent d'une maladie respiratoire comme l'asthme, le cancer du poumon ou la maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), qui regroupe la bronchite chronique et l'emphysème, et celles qui souffrent d'une maladie cardiovasculaire (angine de poitrine, antécédents de crise cardiaque, insuffisance cardiaque congestive ou arythmie) sont sensibles à la pollution atmosphérique. Les personnes diabétiques sont plus touchées, car elles risquent davantage de souffrir d'une maladie cardiovasculaire. La pollution atmosphérique rend la respiration difficile et peut aggraver les symptômes de maladies pulmonaires ou cardiaques, par exemple déclencher une crise cardiaque.

Les réactions à ce message étaient variées. Le message était considéré par beaucoup de participants comme plus détaillé que le premier et d'un niveau supérieur de technicité, tout en étant crédible et généralement clair. Cela dit, il n'était généralement pas considéré comme très instructif pour les participants et leur famille, probablement à cause de l'absence d'appel à l'action clair. Le message a un attrait limité pour la population générale et la population à risque, probablement en raison du public cible qui est mentionné, et en raison de la possibilité limitée d'agir en fonction de ce qui est recommandé. Dans certains cas, il a été recommandé de commencer le message en précisant qu'il s'adresse aux personnes atteintes des affections mentionnées, ou aux personnes qui connaissent quelqu'un qui est atteint, pour cibler un public plus large.

Les participants de tous les emplacements estiment que la longue description du public cible par laquelle commence le message risque de laisser les lecteurs qui ne reçoivent le message principal qu'à la toute fin.

« It doesn't tell you what to do! What am I supposed to do – find better air? Where do you go? » (Ça ne me dit pas quoi faire! Que dois-je faire? Trouver de l'air de meilleure qualité?)

« It's a lot about awareness, so you think about it before going out. But they should add a sentence to say what to do, for example "Check the AQHI". » (C'est en grande partie une question de sensibilisation, donc vous y pensez avant de sortir. Ils devraient par contre ajouter une phrase invitant les gens à vérifier la CAS.)

« It's good information but not really useful. I don't understand the point of it. » (C'est de la bonne information, mais pas vraiment utile. Je ne vois pas à quoi elle sert.)

De fait, beaucoup de participants se sont demandé s'il est vraiment utile d'énumérer toutes les maladies respiratoires et toutes les maladies cardiovasculaires au début de l'énoncé. Les personnes qui souffrent de ces affections devraient en effet se reconnaître automatiquement lorsqu'il est fait mention des catégories plus englobantes (à savoir, les maladies respiratoires et les maladies cardiovasculaires). Il a été proposé d'inclure



l'énumération de ces maladies sous forme d'hyperliens. Ainsi, la phrase, plus courte, se lirait ainsi : « Les personnes qui souffrent d'une maladie respiratoire ou d'une maladie cardiovasculaire sont sensibles à la pollution atmosphérique ». Cette reformulation ferait mieux ressortir le message principal et éviterait de lasser le lecteur tout en fournissant un accès facile à des renseignements supplémentaires au besoin.

« It's too technical. I lost interest in the second sentence. » (C'est trop technique. Je me suis désintéressé de l'énoncé à partir de la deuxième phrase.)

Malgré les commentaires fréquents sur le trop grand niveau de détail de l'énoncé, certains participants estimaient qu'il conviendrait de définir ou d'expliquer certains termes. Les participants estimaient généralement que la conclusion du message, qui parle de « crise cardiaque » (ou de crise, en anglais) sans plus d'explications donne un ton alarmiste qui est considéré comme inutile. Les participants s'attendraient donc à voir ce message en cas de CAS élevée.

« I have no idea what 'trigger attacks' means. They need to define that. » (Je ne sais pas ce qu'ils entendent par « déclencher une crise ». Il faudrait qu'ils le définissent.)

« C'est pessimiste et la dernière phrase est alarmiste. Ça pourrait causer une panique. » (It's pessimistic and the last sentence is alarmist. That could cause a panic.)

En même temps, une liste plus longue d'effets négatifs de la pollution atmosphérique sur la santé du public cible allant au-delà de la simple possibilité d'une crise cardiaque susciterait un certain intérêt. Il serait possible de proposer un hyperlien pour obtenir de l'information plus précise.

La mention du diabète en tant qu'état de santé qui représente un risque accru était considérée par beaucoup de participants comme une information utile, car peu de gens connaissent les effets de la pollution atmosphérique sur cette maladie. Certains des participants diabétiques étaient même surpris d'apprendre que la pollution atmosphérique peut avoir un effet sur leur santé. Il conviendrait donc de fournir des preuves pour avoir plus de crédibilité et de pertinence. Un participant a fait remarquer que l'expression « sont plus touchées » n'est pas claire, car on ne précise pas par rapport à qui.

« It's a warning. Good information about diabetes. That's surprising, but what can we do about it? » (C'est un avertissement. Bonne information sur le diabète. C'est surprenant, mais qu'est-ce qu'on peut faire?)

« I fully agree [with the message] except diabetes – that doesn't apply because it's unrelated to breathing. It needs more explanation. » (Je suis complètement d'accord, sauf pour ce qui est du diabète. Ce n'est pas pertinent, car c'est une maladie qui n'a rien à voir avec la respiration. Cela requiert plus d'explications.)

À Montréal, un participant a recommandé de déplacer la phrase sur les personnes diabétiques à la fin du paragraphe. Le rapport de cause à effet serait ainsi mieux exprimé (c'est-à-dire que la pollution atmosphérique rend la respiration plus difficile, ce qui à son tour augmente le risque de maladie cardiovasculaire chez les personnes diabétiques).



Message n° 3

Même si les participants appuient l'intention du message n° 3, son objectif exact leur semble vague, tout comme son lien avec la CAS.

Message 3 : Exercise is important, and has multiple benefits to health; for instance, it helps develop stronger heart, bones and muscles, and increases concentration. Generally speaking, the benefits of being active outweigh the risks of air pollution; healthy children can play and exercise outdoors as usual at moderate AQHI levels. Air quality should not be a concern until the AQHI reaches higher values, at which healthy children should reduce or reschedule strenuous activities outdoors if they experience symptoms.

L'activité physique est importante et présente de nombreux avantages pour la santé. Par exemple, elle permet d'avoir un cœur, des os et des muscles en santé et d'accroître la concentration. En règle générale, les avantages de l'activité physique surpassent les risques liés à la pollution atmosphérique. Les enfants en santé peuvent jouer et faire de l'exercice à l'extérieur comme d'habitude lorsque la CAS est modérée. La qualité de l'air ne devrait pas être une préoccupation, à moins que la CAS augmente. Le cas échéant, les enfants en santé devraient réduire leurs activités extérieures exténuantes ou les reporter s'ils ressentent des symptômes.

Ce message a suscité différentes réactions. Même si le message était généralement considéré comme crédible, les avis étaient partagés en ce qui a trait au fait de fournir de l'information utile pour le participant et sa famille, à la clarté du contenu et à la pertinence d'un point de vue personnel. Les avis ne variaient pas beaucoup d'un public à un autre, même si la population à risque avait plus tendance que la population générale à trouver le message crédible. Selon la majorité des participants, le message manque également d'un appel à l'action clair.

Même si l'intention du message suscite une adhésion générale, certains participants estimaient que les notions utilisées étaient mal définies, comme « CAS (...) modérée », « CAS (qui) augmente », « ressentent des symptômes ». Il semble également difficile d'évaluer ce qui peut constituer des « activités exténuantes (réduites) ». Des expressions comme « en règle générale » renforcent l'impression que le message est vague.

« You need examples of values and ranges, when it's ok and when it's not. » (Il faudrait donner des exemples de valeurs, des fourchettes, préciser quand tout est beau et quand il faut faire attention.)

« Based on what? Doesn't it depend on the amount? The idea of 'moderate' air pollution! I have no way to measure that. » (Selon quels critères? N'est-ce pas une question de quantité? L'idée d'une pollution modérée... Je n'ai aucune façon de la mesurer.)

Certains participants se sont offusqués de la notion d'« enfants en santé », car elle représenterait un préjugé à l'égard des enfants qui ont une affection comme l'asthme, et sous-entend qu'ils ne sont pas en santé. D'autres ont estimé que le message devrait avoir une formulation plus inclusive, pour s'assurer que tout le monde est informé des effets de la qualité de l'air et de l'activité physique. D'autres ont proposé d'ajouter un titre au message, comme « Conseils aux parents », afin de s'assurer que les destinataires du message sont bien indiqués.

« I'm wondering if it applies to adults as well? Is there something special about children? Should it say the same goes for adults as well? » (Je me demande si c'est également vrai dans le cas des adultes. Est-ce que les enfants ont des spécificités dans ce domaine? Faudrait-il préciser que c'est également vrai des adultes?)



« It says healthy children can play outside, we don't care about the rest. » (Le message semble dire : les enfants en santé peuvent jouer dehors. Les autres enfants ne nous intéressent pas.)

Les participants estimaient généralement que le message exprimait deux idées : l'importance de l'activité physique, et l'effet de la qualité de l'air sur les activités extérieures. Comme ce premier thème est bien connu du grand public, certains participants étaient étonnés que le message mette l'accent sur l'activité physique, plutôt que de parler de la qualité de l'air dès le début. Cette manière de présenter les choses était une source de confusion pour certains participants, qui ont eu l'impression de lire deux messages, sans lien clair entre les deux idées.

« It's good that it says exercise, if that's what it's about, but I'm confused as to what it's saying. » (C'est bien de parler de l'activité physique, si c'est de ça qu'il est question, mais je ne comprends pas où ils veulent en venir.)

« Quel est le rapport entre l'activité physique et la qualité de l'air? »

« This is off the mark. What's the point about air quality here? » (Ça ne semble pas avoir de rapport avec ce dont il est question. Que disent-ils sur la qualité de l'air, ici?)

« Exercise is the focus of this message, not the AQHI. They should reverse the sentences. » (Le message met l'accent sur l'activité physique plutôt que sur la CAS. Ils devraient inverser l'ordre des phrases.)

À Montréal, certains participants comprenaient mal l'affirmation « les avantages de l'activité physique surpassent les risques liés à la pollution atmosphérique ». Il conviendrait de reformuler la phrase pour plus de clarté. À d'autres endroits, certains participants estimaient que le message prenait les effets de la pollution à la légère.

« It feels like it dismisses pollution – it's minimizing it – like it's ok. » (On a l'impression que le message prend la pollution à la légère, la minimise, comme si elle n'était pas préoccupante.)

Message n° 4

Le message n° 4 est problématique, car il semble contradictoire et peu crédible, et il n'appuie pas assez ses dires.

Message 4 : Scientific evidence shows that exposure to higher levels of air pollution throughout the duration of pregnancy might affect the growth of the fetus to a small degree, and to a lesser extent than smoking or second-hand smoke. Current research methods are unable to detect any effects on the fetus from short-term changes in air pollution. You are encouraged to exercise as normal, and pay attention to AQHI in the same way as if you were not pregnant.

Des données scientifiques montrent que l'exposition à des concentrations élevées de polluants atmosphériques pendant la grossesse peut avoir une faible incidence sur la croissance du fœtus, mais dans une moindre mesure que la fumée de cigarette ou la fumée secondaire. Les méthodes de recherche actuelles ne permettent pas de détecter les effets sur le fœtus associés à des changements à court terme de la pollution atmosphérique. Vous pouvez faire de l'exercice comme à l'habitude. Tenez compte de la CAS de la même manière que si vous n'étiez pas enceinte.

Le message était considéré par beaucoup comme posant problème, du fait de son faible niveau de crédibilité, de clarté, d'utilité et de pertinence du point de vue personnel. De plus, la plupart des participants estiment que



l'intention du message et son appel à l'action manquent de clarté, principalement en raison de ce qu'ils voient comme un certain nombre de contradictions.

En effet, beaucoup estimaient que le message se contredit en affirmant d'une part qu'il y a des preuves d'un effet de la pollution atmosphérique sur le fœtus et d'autre part que les méthodes de recherche n'ont pas permis de détecter ces effets. Par ailleurs, certains participants se sont demandé pour quelles raisons l'énoncé abordait la question des risques potentiels pour la santé liés à la pollution atmosphérique, tout en recommandant à la fin aux femmes enceintes de tenir compte de la CAS comme si elles n'étaient pas enceintes. De fait, de nombreux participants avaient l'impression que le message consistait à dire que la pollution atmosphérique a peut-être ou n'a peut-être pas un effet sur le fœtus, et donc que les femmes enceintes n'ont pas à utiliser la CAS différemment des femmes non enceintes. Certains participants ont donc douté de la pertinence du message.

« They need to quantify the risks and the danger. If you can't detect it, then why talk about it? » (Ils doivent quantifier les risques et le danger. Si vous ne pouvez pas le détecter, pourquoi en parler?)

« It's not telling us anything. It says it might or it might not. » (Ça ne nous dit rien de concret. Le message dit qu'il y a une possibilité, ou non.)

La plupart des participants auraient aimé voir une information plus quantitative et des indications précises sur les « données scientifiques » qui sont mentionnées. Certains termes suscitaient des questions ou semblaient inquiétants, comme « une faible incidence », « exposition » (de quelle durée?), « peut avoir une (...) incidence », « dans une moindre mesure » et « changements à court terme ». Certains participants par ailleurs estimaient que le message était trop vague pour encourager les gens à agir.

« I don't believe it, it's hard to swallow. Where are the facts coming from? » (Je ne le crois pas, c'est difficile à avaler. Où ont-ils trouvé cette information?)

« What qualifies as short term? And what is extent of exposure? What level of AQHI? » (Qu'est-ce qui est considéré comme à court terme? Et de quel degré d'exposition parle-t-on? De quel niveau de la CAS s'agit-il?)

« It's too vague and I'm worried about the "small degree" – it can be rather large still. » (C'est vague, et la notion de « faible incidence » me semble inquiétante, il pourrait quand même s'agir d'une incidence importante.)

L'idée que la pollution atmosphérique est moins nocive que la fumée de cigarette a provoqué un certain malaise chez certains participants dans tous les emplacements. Comme la fumée de cigarette et la fumée secondaire sont considérées comme ayant des conséquences graves sur la santé, l'affirmation laisse penser, aux yeux de certains participants, que la pollution atmosphérique, même si elle est moins nocive que la fumée de cigarette/fumée secondaire, a peut-être une incidence négative importante sur le fœtus. En gros, cette manière de présenter les choses donne l'impression que les risques liés à la pollution atmosphérique sont importants. L'affirmation a donc suscité de la peur, ou on a estimé qu'elle manquait de crédibilité. Malgré tout, certains participants estimaient que la comparaison était utile, car elle leur donnait une idée de l'importance relative du risque.

« The only positive is that it encourages you to continue to exercise. » (Le seul élément positif est qu'ils nous encouragent à continuer de faire de l'exercice.)



« The reference to second-hand smoke is a whole other topic. It doesn't belong. » (La mention de la fumée secondaire est un tout autre thème. Elle ne devrait pas être là.)

« Ça dit que [la pollution de l'air] est moins pire que de fumer, mais c'est quand même dans le même ordre. »

Un participant a proposé de reformuler une des phrases, qui pourrait se lire : les méthodes de recherche actuelles ne permettent pas de déterminer dans quelle mesure les changements à court terme de la pollution atmosphérique ont un effet sur le fœtus. L'énoncé serait ainsi plus simple et plus clair.



Message n° 5

Le message n° 5 était source de confusion pour les participants. Il fournit trop d'information et son objectif et son appel à l'action ne sont pas clairs.

Message 5 : Occupations that require extended periods of walking, pushing or pulling objects weighing less than 75 lbs, standing while lifting objects weighing less than 50 lbs, or carrying objects of less than 25 lbs up a flight of stairs. Tasks frequently requiring moderate effort and considerable use of arms, legs, or occasional total body movements. For example:

- Briskly walking on a level surface while carrying a suitcase or load weighing up to 50 lbs
- Maid service or cleaning services Waiting tables or institutional dishwashing
- Driving or maneuvering heavy vehicles (e.g., semi-truck, school bus, tractor, or harvester)—not fully automated and requiring extensive use of arms and legs
- Operating heavy power tools (e.g., drills and jackhammers)
- Many homebuilding tasks (e.g. electrical work, plumbing, carpentry, dry wall, and painting)
- Farming—feeding and grooming animals, milking cows, shoveling grain; picking fruit from trees, or picking vegetables
- Packing boxes for shipping or moving
- Assembly-line work—tasks requiring movement of the entire body, arms or legs with moderate effort
- Mail carriers—walking while carrying a mailbag

Occupations that require extensive periods of running, rapid movement, pushing or pulling objects weighing 75 lbs or more, standing while lifting heavy objects of 50 lbs or more, walking while carrying heavy objects of 25 lbs or more. Tasks frequently requiring strenuous effort and extensive total body movements. For example:

- Running up a flight of stairs while carrying a suitcase or load weighing 25 lbs or more
- Teaching a class or skill requiring active and strenuous participation, such as aerobics or physical education instructor
- Firefighting
- Masonry and heavy construction work
- Coal mining
- Manually shoveling or digging ditches
- Using heavy nonpowered tools
- Most forestry work
- Farming—forking straw, baling hay, cleaning barn, or poultry work
- Moving items professionally
- Loading and unloading a truck

Professions dans le cadre desquelles l'employé doit marcher durant de longues périodes, pousser ou tirer des objets pesant moins de 75 lb, se tenir debout tout en soulevant des objets pesant moins de 50 lb ou monter des escaliers en transportant des objets de moins de 25 lb. Tâches demandant fréquemment un effort modéré et une utilisation considérable des jambes et des bras et parfois, du corps en entier. Par exemple :

- Marcher énergiquement sur une surface plane en transportant une valise ou une charge ne pesant pas plus de 50 lb
- Nettoyer des chambres ou faire du ménage, faire le service aux tables ou laver la vaisselle dans un établissement
- Conduire des véhicules lourds (p. ex. semi-remorques, autobus scolaire, tracteur ou moissonneur) qui ne sont pas entièrement automatisés et qui demandent une utilisation prolongée des jambes et des bras
- Utiliser de lourds outils électriques (p. ex. perceuses et marteaux perforateurs)
- Effectuer diverses tâches liées à la construction domiciliaire (p. ex. travaux électriques, plomberie, menuiserie, pose de cloisons sèches et peinture)
- Travailler dans une ferme – alimentation et toilettage des animaux, traite de vaches, pelletage des céréales, cueillette de fruits dans les arbres, cueillette de légumes
- Emballer des boîtes pour le transport ou le déménagement
- Faire un travail à la chaîne – tâches demandant un effort modéré et un mouvement de tout le corps, des bras ou des jambes
- Livrer le courrier – marcher en transportant un sac à courrier

Professions dans le cadre desquelles l'employé doit courir pendant de longues périodes, faire des mouvements rapides, pousser ou tirer des objets pesant 75 lb et plus, se tenir debout tout en soulevant des objets de 50 lb ou plus ou marcher en transportant des objets lourds de 25 lb ou plus. Tâches demandant fréquemment un effort soutenu et des mouvements de tout le corps. Par exemple :

- Monter en courant un escalier en transportant une valise ou une charge de 25 lb ou plus
- Donner un cours ou tâches demandant un effort accru et soutenu, comme l'aérobic et l'éducation physique
- Combattre des incendies
- Faire de la maçonnerie et de gros travaux de construction
- Travailler dans une mine de charbon
- Pelleter ou creuser à la main des fossés
- Utiliser de lourds outils non mécaniques
- Faire des travaux de foresterie (la majorité)
- Travailler dans une ferme – ramasser de la paille avec une fourche, mettre en balles du foin, nettoyer une grange ou faire des travaux dans un poulailler
- Faire des déménagements (professionnels)
- Charger et décharger un camion



Avant de présenter le message, il y avait une petite introduction de vive voix afin d'expliquer qu'il s'agit d'une liste de professions ou de tâches sur lesquelles la qualité de l'air risque davantage d'avoir une incidence. Malgré cette explication du contexte, les participants de tous les endroits ont été nombreux à être perplexes. L'impression de la plupart des participants était que l'énoncé n'avait pas d'objectif et d'appel à l'action. Beaucoup de participants ne savaient pas quoi faire de cette information. La pertinence (l'impression que cela les touche personnellement), même au sein de la population à risque, semblait donc faible.

« Quelle est la pertinence de ce message? C'est trop détaillé; on est perdu. »

Plusieurs participants ont expliqué que les travailleurs des professions mentionnées auront certaines difficultés à suivre la recommandation du message, surtout si leur employeur n'offre pas de conditions de travail ou de milieu de travail modifiables en fonction du niveau de pollution atmosphérique.

« It's thorough, but incomplete for what it needs to advise. Not sure what to do – it doesn't seem to offer a solution. It's not realistic to expect people not to work? What is the employer going to do? There's no advice. » (C'est détaillé, mais il manque des conseils. Je ne suis pas sûr de savoir quoi faire. L'énoncé ne présente pas de solution. Est-ce réaliste de s'attendre à ce que les gens ne travaillent pas? Que va faire l'employeur? Aucun conseil n'est formulé.)

« Why is firefighting there? Isn't it just part of the job? » (Pourquoi parle-t-on de combattre les incendies? N'est-ce pas simplement quelque chose qui fait partie du travail de pompier?)

« Most of these have to do with work and you have to work. » (Il s'agit de tâches liées à un emploi dans la majorité des cas. Ça ne s'applique donc qu'à ceux qui sont sur le marché du travail.)

Certains participants auraient aimé avoir au moins des précisions sur les circonstances dans lesquelles les personnes qui exercent ces professions ou qui exécutent ces tâches feraient bien de tenir compte de la CAS. À quel point cette information inciterait les gens à agir en conséquence, par contre, semble douteux.

« I'm confused. It's not worded in a way that is clear. I feel like I'm missing something – it's not really saying what applies from doing these tasks and what they should do or not do. » (Je suis perplexe. Ce n'est pas formulé d'une façon claire. J'ai l'impression qu'il manque quelque chose. Ils ne disent pas vraiment quelles sont les conséquences pour ceux qui exécutent ces tâches ou ce qu'ils devraient faire ou ne pas faire.)

« It says if you exert yourself you're at higher risk. The examples are helpful, but what do I do? » (Ils disent que votre risque est plus élevé lorsque vous faites un effort physique. Les exemples sont utiles, mais qu'est-ce que je dois faire?)

Certains participants ont été étonnés de voir des activités intérieures, car ils avaient l'impression que la CAS ne s'applique qu'à la qualité de l'air extérieur. Ils estimaient que cela pourrait être une source de confusion. Certains proposaient une explication possible : était-ce que la qualité de l'air extérieur a une incidence sur l'air intérieur que respirent les gens, à cause de l'apport d'air extérieur? À cet égard, certains participants se sont demandé pour quelle raison certaines professions intérieures sont mentionnées, et pas d'autres.

« Some of these are indoors like maid service, dishwashing and waiting tables. » (Certaines de ces tâches ou professions sont intérieures, comme nettoyer des chambres, laver la vaisselle ou faire le service aux tables.)



Pour être compris du plus vaste public, il serait bon d'utiliser à la fois le système métrique et le système impérial lorsqu'il est question de poids, surtout à Montréal où les personnes plus âgées étaient plus à l'aise avec le système impérial, alors que les personnes plus jeunes au contraire ne connaissaient que le système métrique.

Pour simplifier le message et le rendre plus attrayant, des participants ont proposé de réduire le nombre d'exemples fournis, ou de donner accès à la liste par un hyperlien. À Montréal, il a été proposé de couper le message en deux en fonction des catégories de risque, pour le simplifier.

Message n° 6

Le but du message n° 6 n'est pas clair et son ton a semblé condescendant à certains participants.

Message 6 : If you suffer from a respiratory (e.g. asthma, COPD) or cardiovascular (e.g. angina, heart failure, arrhythmia) condition, you need to keep your chronic disease under good control, in order to reduce the harmful effect of air pollution. Follow your physician's advice by increasing or altering medication, or seek medical advice if your condition worsens significantly.

Si vous souffrez d'une maladie respiratoire (p. ex. asthme, MPOC) ou cardiovasculaire (p. ex. angine, insuffisance cardiaque, arythmie), vous devez bien contrôler votre maladie chronique afin de réduire les effets néfastes de la pollution atmosphérique. Suivez les conseils de votre médecin en augmentant ou en modifiant votre médication ou consultez un professionnel de la santé si votre condition s'aggrave.

Dans tous les emplacements, les avis étaient partagés quant à ce message. Même si le message était considéré comme crédible chez tous les publics, la réaction était moins positive pour ce qui est de la pertinence (l'impression que cela touche personnellement le participant) et de l'utilité de l'information fournie, surtout auprès de la population à risque. Les avis étaient partagés en ce qui a trait à la clarté générale et à ce qu'il faut faire après avoir pris connaissance de l'information. Dans l'ensemble, les participants estimaient que le message manquait de cohérence ou d'unité thématique claire et qu'il profiterait de l'ajout d'un titre annonçant le thème, ce qui rendrait son objectif plus clair.

« It doesn't have a point. They need to say that air pollution can worsen your condition. » (Le message ne dit rien. Ils devraient dire plutôt que la pollution atmosphérique peut aggraver vos symptômes.)

Certains participants estimaient que le message était instructif et utile, tandis que d'autres estimaient que le ton adopté était condescendant (le raisonnement est que les personnes qui souffrent de ces maladies savent déjà comment prendre en charge leur affection, et n'ont donc pas besoin de cette information). Cette impression découle en partie de l'emploi d'expressions qui expriment une obligation (« vous devez ») plutôt que de formuler une recommandation (« vous pourriez envisager de... »).

« The "you need to" sounds demeaning. It's useful, but I don't like the tone. » (Le « vous devez » semble humiliant. C'est un message utile, mais je n'aime pas le ton qui est adopté.)

Par ailleurs, beaucoup de participants estimaient que l'énoncé contenait une recommandation générale en matière de santé à l'intention des personnes qui souffrent de telle ou telle maladie ou affection, en leur demandant de contrôler leur maladie, plutôt que de leur offrir des recommandations concrètes sur ce qu'ils doivent faire pour s'adapter aux changements en matière de qualité de l'air.



« It's not considerate, not nice. They need more about the link between AQHI and the disease, and be more sensitive. » (Le ton manque de gentillesse, de politesse. Ils devraient en dire plus sur le lien entre la CAS et la maladie, et s'exprimer avec plus de délicatesse.)

« It gives the impression that if you have an attack, you're not monitoring your disease. It accuses you of not keeping it under control. » (Cela laisse entendre que si vous avez une crise, c'est parce que vous ne surveillez pas votre maladie. En d'autres termes, vous êtes coupable de mal contrôler votre maladie.)

Par ailleurs, beaucoup de participants se demandaient s'il est vraiment nécessaire de dire à ces personnes atteintes de bien contrôler leur maladie chronique, car il est probable que ces personnes le font déjà. L'énoncé donne l'impression que le gouvernement comprend mal ce que vivent ces personnes atteintes de ces maladies.

« It's condescending. People with these conditions know how to look after themselves. » (C'est condescendant. Les personnes qui sont atteintes de ces maladies savent comment se débrouiller.)

« Ça peut être offensant. Ça dit que vous n'avez pas de contrôle, c'est insultant. »

Une autre préoccupation de beaucoup de participants est que le message laisse entendre que ces personnes peuvent contrecarrer les effets de la pollution atmosphérique en augmentant leur dose de médicament ou en modifiant leur régime posologique. Même si l'énoncé précise clairement qu'il faut suivre les conseils d'un médecin avant de procéder à ces modifications, l'inquiétude selon laquelle le message risque d'être mal compris et d'encourager les gens à utiliser librement des médicaments au besoin était répandue parmi les participants. Certaines personnes ont recommandé de supprimer cet énoncé et de mettre plutôt l'accent sur des recommandations de mesures simples mais efficaces qui permettraient aux gens de réduire les effets sur la santé de la pollution atmosphérique (comme de rester à l'intérieur ou de limiter les activités physiques lorsque la CAS dépasse un certain niveau).

« They need to be clearer about medical advice. What is the next step? Shouldn't they say to seek "further" advice? » (Ils devraient être plus clairs en ce qui a trait aux conseils médicaux. Quelle est la prochaine étape? Ne devraient-ils pas recommander d'obtenir un avis supplémentaire?)

« For someone who has that condition, isn't it up to doctors and nurses to advise patients? » (Si quelqu'un souffre de ces maladies, n'est-ce pas à un médecin ou au personnel infirmier de donner des conseils?)

« This is telling you to play around with your medication. » (Le message recommande aux gens de jouer avec leurs médicaments.)

« Peut-être que la solution ne se trouve pas dans la médication, mais plutôt dans le fait de faire de l'exercice. »

Plusieurs participants estimaient que ce type de conseils doit être formulé par une personne qui appartient à la communauté médicale, et non par le gouvernement, ce qui donnerait plus de crédibilité et de fiabilité à l'énoncé. Par ailleurs, la partie de l'énoncé recommandant de « consult[er] un professionnel de la santé si votre condition s'aggrave » semble être une évidence pour la plupart des participants, surtout au sein de la population à risque, et est donc considérée comme une précision inutile.



Certaines personnes estimaient que l'information fournie manquait de clarté et de précision, par exemple la mention des « effets néfastes », ou le fait de ne pas expliquer quels signes indiquent qu'une condition s'aggrave.

Message n° 7

Les participants ont exprimé des doutes quant aux affirmations du message n° 7, à savoir qu'il n'y a pas de lien entre la qualité de l'air et les odeurs et la visibilité, car leurs expériences personnelles leur font croire le contraire.

Message 7 : The AQHI doesn't measure the effects of odours on health, and there isn't always a relationship between visibility and the AQHI. On certain days, you might detect an odour or the air might appear dirty while the AQHI is at low or moderate values. In these instances, you can enjoy your outdoor activities unless you experience symptoms. Sometimes, the AQHI might be high even if you don't detect odour and visibility problems. Check the AQHI and follow the appropriate advice.

La CAS ne mesure pas les effets des odeurs sur la santé, et il n'y a pas toujours de lien entre la visibilité et la CAS. Certains jours, vous pouvez sentir une odeur ou l'air peut paraître sale, et ce, même si la CAS est faible ou modérée. Dans ce cas, vous pouvez tout de même vous adonner à vos activités à moins de ressentir des symptômes. Parfois, la CAS peut être élevée même si vous ne sentez pas d'odeur et que la visibilité est bonne. Vérifiez la CAS et suivez les conseils pertinents.

Les réactions à ce message ont été généralement positives à tous les emplacements, même si certains participants ont douté de l'affirmation selon laquelle les odeurs et la visibilité ne sont pas des signes de pollution atmosphérique. Malgré ce bémol, beaucoup de participants étaient satisfaits de lire un énoncé qui réfute une idée fausse. Ils estimaient qu'il est important de communiquer ce type d'information au grand public. Le message est donc généralement considéré comme un énoncé qui fournit de l'information utile d'une manière assez claire, et qui indique ce qu'il faut faire après l'avoir lu. Beaucoup de participants estimaient par ailleurs que le message les touche personnellement.

« It's surprising! Why are odours not a part of air quality? » (C'est étonnant! Comment se fait-il que les odeurs ne fassent pas partie de la qualité de l'air?)

Même si certains ont trouvé le message déroutant, car il ne fournit pas d'explication claire de son affirmation, d'autres ont estimé qu'il fournissait une information utile et nouvelle qui réfute l'idée fausse selon laquelle quelqu'un peut se fier à ses sens pour évaluer la qualité de l'air.

« This is good. I had never thought about odour. It's good information. » (Voilà qui est intéressant. Je n'avais jamais pensé à la question des odeurs. C'est une information intéressante.)

« The overall point is clear that odours aren't always bad but it's very wordy. » (L'idée principale, que les odeurs ne sont pas toujours mauvaises, est clairement exprimée, mais c'est verbeux.)

Certains participants, tout de même, ont mal compris le message ou n'ont rien compris du tout. D'autres ont affirmé que le message manquait de crédibilité, car il n'explique pas d'une manière efficace les raisons pour lesquelles les odeurs ou la visibilité n'ont pas d'influence sur la qualité de l'air. Indiquer qu'« il n'y a pas toujours de lien entre la visibilité et la CAS » manque de précision. Il conviendrait plutôt d'expliquer dans quelles circonstances la visibilité est un signe de pollution atmosphérique.



Beaucoup de participants ont trouvé l'énoncé déroutant, car ils se demandent comment des odeurs comme celles des gaz d'échappement, la fumée ou les odeurs chimiques n'ont pas d'effet sur la qualité de l'air. La faible visibilité causée par le smog semble également un signe clair de mauvaise qualité de l'air. Dans quelques cas, des participants se sont demandé ce qui pouvait bien inciter le gouvernement à appuyer une affirmation que la majorité des gens considère comme non réaliste.

« I don't believe it. If I can't see my air, I get nervous by that. I need to understand why dirty air doesn't hurt me. » (Je ne suis pas convaincu. Si je ne vois rien à cause d'un épais brouillard, cela me rend nerveux. J'ai besoin de savoir pourquoi un air chargé d'impuretés ne me fait aucun mal.)

« It seems to soft pedal. I hope the government is less biased, but it makes me worry that they don't include all data to protect industry. » (L'énoncé semble vouloir minimiser la gravité du problème. J'espère que le gouvernement a plus d'impartialité, mais ça me fait penser qu'ils excluent peut-être certaines données pour protéger l'industrie.)

Selon la majorité des participants, il conviendrait également de renforcer l'appel à l'action. Plus précisément, l'expression « les conseils pertinents » semblait imprécise et aurait profité d'un hyperlien vers de plus amples renseignements et des définitions. Il conviendrait également de donner plus de détails sur les symptômes ressentis qui sont mentionnés. Beaucoup de participants estimaient qu'une manière efficace de fournir ces deux précisions serait d'utiliser des hyperliens vers des renseignements supplémentaires. Par ailleurs, l'énoncé semble dire que les symptômes ressentis lorsque des gens s'adonnent à des activités extérieures sont systématiquement liés à la pollution atmosphérique, ce qui semble être une affirmation inexacte aux yeux de certains participants.

« What does that mean – appropriate advice? » (Qu'est-ce que ça veut dire, des conseils pertinents?)

Certains participants francophones ont mentionné qu'il devrait être question de « mauvaises odeurs », pour rendre l'énoncé plus clair. Par ailleurs, l'expression « air sale » utilisée dans l'énoncé français a semblé maladroite aux yeux d'une majorité de participants, qui estiment qu'il s'agit d'une traduction littérale du mot anglais *dirty*, et que cet adjectif n'est pas employé habituellement pour qualifier l'air.



Message n° 8

Même s'il est précis et indique ce qu'il faut faire, certains participants ont jugé que le message n° 8 était trop répétitif, difficile à interpréter et irréaliste pour les résidents des villes.

Message 8 : Emissions from motor vehicles and trucks contain pollutants that can harm your health. To reduce this risk, try to exercise in parks and residential streets, and avoid heavy traffic, by staying at least 150 m from a busy road, and 500 m from a highway or expressway. For more details, see the following table.

Table Exercise 8

Road type	Annual Average Daily Traffic	Traffic-related air pollution gradient (Suggested minimum distance for exercise)
Major Roads (i.e. roads with two or more lanes spanning several kilometers, speed limits over 50 km/h)	More than 15 000 Vehicles	150 m
Highways and expressways	More than 100 000 vehicles	500 m

Les émissions provenant des moteurs des voitures et des camions contiennent des polluants qui peuvent être dangereux pour la santé. Pour réduire le risque, faites de l'exercice dans les parcs et les quartiers résidentiels et évitez les rues très passantes en restant à au moins 150 m des routes à grande circulation et à au moins 500 m des autoroutes. Pour en savoir plus, consultez le tableau ci-dessous.

Tableau Exercice 8

Type de route	Débit journalier moyen annuel	Gradient de la pollution atmosphérique liée à la circulation automobile (distance minimale recommandée)
Routes principales (c.-à-d. les routes qui comportent deux voies ou plus, qui s'étendent sur plusieurs kilomètres et dont la limite de vitesse est supérieure à 50 km/h)	Plus de 15 000 véhicules	150 m
Autoroutes	Plus de 100 000 véhicules	500 m

Les réactions au message ont généralement été positives dans tous les emplacements. L'énoncé a été considéré comme crédible dans l'ensemble, comme fournissant de l'information utile aux participants et à leur famille, comme étant un message qui les touche personnellement, qui est clair dans l'ensemble, et qui indique ce qu'il faut faire. Même si la majorité des participants ont estimé qu'il s'agit d'un message clair fournissant des données précises et un appel à l'action clair, d'autres pensaient qu'il conviendrait de lui donner une plus grande portée en ne mettant pas uniquement l'accent sur l'activité physique.

« It's straightforward and clear – what to do when exercising. It's precise and gives you exact amounts. » (C'est clair et simple. On explique quoi faire lorsqu'on fait de l'exercice. L'information est précise et donne des quantités exactes.)

« An important message, but not clear that it's about exercise only. Shouldn't we all follow this? » (C'est un message important, mais je ne comprends pas bien pourquoi il est uniquement question de l'activité physique. Est-ce que ce n'est pas une information dont nous devrions tous tenir compte?)

Certains participants ont trouvé le message préoccupant, car leurs enfants jouent dans des parcs ou des cours de récréation qui sont plus proches de routes à grande circulation que ce qui est recommandé à titre de distance minimale. De fait, la plupart des participants vivant en milieu urbain trouvaient qu'il serait irréaliste pour des personnes ayant leurs conditions de vie de suivre les conseils du message. Les participants estimaient



généralement que la formulation de l'énoncé devrait faire ressortir plus clairement qu'il s'agit d'une recommandation, ce qui serait une manière de tenir compte de ces limites.

« I disagree with the entire text of this message. Sometimes you can't avoid. Sometimes you have no choice. » (Je suis en désaccord avec tout ce que dit le message. Il arrive qu'on ne soit pas en mesure d'éviter un danger. On n'a parfois pas le choix.)

« I can't control where I live! It gets me mad. If you know this and you build that close! » (L'endroit où j'habite n'est pas quelque chose que je peux changer. J'enrage d'entendre ça! Ils ont cette information, mais construisent quand même à proximité des routes!)

« Parks aren't always away from major roads. They need to add tips instead on what you can do if you can't follow this advice. » (Les parcs ne sont pas toujours à l'écart des grandes routes. Ils devraient plutôt nous dire quoi faire si on n'est pas en mesure de respecter ces conseils.)

Certains participants auraient souhaité obtenir plus de renseignements, soit dans le message, soit par un hyperlien, afin d'expliquer le contexte, les effets des émissions sur la santé et la pertinence de ces conseils. En ce qui a trait aux renseignements fournis, certains participants aimaient la présentation sous forme de tableau, mais d'autres estimaient que le tableau ne faisait que reprendre le texte et qu'il faudrait donc proposer l'un ou l'autre, mais pas les deux.

« Le tableau est répétitif et c'est plus compliqué que le paragraphe au-dessus. »

Beaucoup de participants trouvaient difficile de visualiser les intensités de la circulation ou les distances indiquées et proposaient donc de fournir des éléments quantitatifs plus faciles à comprendre, comme un nombre de pâtés de maisons, en plus des distances en mètres. Une autre solution consisterait à proposer un titre général, comme « évitez les zones à circulation intense lorsque vous faites de l'activité physique », ce qui permettrait de simplifier le message, tout en gardant le niveau de détail qu'aiment certaines personnes.

Même si les participants comprennent qu'il s'agit principalement des personnes qui font des activités physiques de plein air, comme les coureurs ou les cyclistes, ils estiment que le message pourrait avoir une portée plus générale. Par exemple, de nombreux parents ont fait remarquer que ces conseils s'appliquent également au choix d'un terrain de jeux pour leurs enfants.

« It makes me reconsider which park I take my son to. There is one we go to that is right next to the highway. I might choose a different one next time. » (Cela me fait réévaluer le parc où j'emmène mon fils. Il y en a un où nous allons qui est juste à côté d'une autoroute. Je vais peut-être en choisir un autre la prochaine fois.)



Message n° 9

Les participants ont bien accueilli le message n° 9, mais certains l'ont trouvé condescendant. De plus, il ne semble avoir qu'un faible lien avec la CAS.

Message 9 : Having asthma doesn't mean you can't exercise; the benefits of regular exercise almost always outweigh the risks associated with exercise-induced asthma. Make sure your asthma is under control before you start exercising. Pay attention to your symptoms; increasing AQHI values make exercise-induced asthma more likely. Adjust your activity level as needed [hyperlink to reduce/reschedule]. If you develop symptoms while you are exercising, stop and rest. Take your reliever medication. If you're unsure whether your symptoms are due to exercise induced asthma, or are the signs of worsening asthma control, talk to your doctor.

Le fait d'avoir de l'asthme ne signifie pas que vous ne devez pas faire d'exercice. Les avantages de l'activité physique régulière surpassent pratiquement toujours les risques associés à l'asthme à l'effort. Assurez-vous de contrôler votre asthme avant de commencer à faire de l'exercice. Soyez attentif à vos symptômes; une CAS plus élevée est plus susceptible d'entraîner de l'asthme à l'effort. Ajustez votre niveau d'activité au besoin [lien vers la page sur la réduction ou le report des activités]. Si vous ressentez des symptômes pendant une activité, prenez une pause et reposez-vous. Prenez vos médicaments de soulagement. Si vous n'êtes pas certain que vos symptômes sont causés par l'asthme à l'effort, ou que votre asthme s'aggrave, consultez un médecin.

Le message a suscité des réactions positives dans tous les emplacements, malgré quelques problèmes. Les participants estiment que le message est crédible et clair et qu'il fournit assez d'information pour savoir quoi faire. Par contre, dans l'ensemble, il ne les touche pas personnellement et ils n'ont pas l'impression qu'il fournit beaucoup d'information utile. Cela vient du fait que le message s'adresse directement aux personnes atteintes d'asthme, ce qui réduit son attrait pour le grand public. Il convient de remarquer que certaines personnes atteintes d'asthme se sont offusquées des recommandations fournies, qui laissent entendre qu'elles ne sont pas en mesure de se débrouiller.

D'autres participants ont eu une interprétation plus positive, notant que le message recommande aux asthmatiques de faire de l'activité physique malgré leur affection, ce qui appuie les recommandations habituelles dans ce domaine. Cela dit, la majorité des participants estimaient que l'énoncé semblait long et prolixe pour un message aussi simple. Le dernier paragraphe était considéré comme allant de soi, et donc inutile. Certains participants estimaient par ailleurs qu'il s'agit de conseils médicaux et qu'il est préférable de laisser la communauté médicale aborder ces questions.

« This is positive. It communicates that you should exercise even if you have asthma. It reinforces what is standard procedure. » (Voilà un message positif. Il dit que vous devez faire de l'exercice même si vous avez de l'asthme. Cela va dans le même sens que ce qui est généralement recommandé.)

« It says that people with asthma need to be aware of the AQHI. » (Le message dit que les personnes souffrant de l'asthme doivent faire attention à la CAS.)

D'autres participants, par contre, estimaient qu'il conviendrait de laisser aux médecins le soin de transmettre ce type de message, et que certains conseils (par ex., « assurez-vous de contrôler votre asthme avant de commencer à faire de l'exercice » ou « si vous n'êtes pas certain [...], consultez un médecin ») pourraient être considérés comme insultants, car ces personnes savent déjà comment prendre en charge leur santé.



« I don't need to be told when to take reliever meds! That's a liability. » (Je n'ai pas besoin de me faire dire de prendre mon médicament de soulagement. C'est un problème.)

« It's patronizing and condescending to people with asthma. » (Le message est condescendant à l'égard des personnes asthmatiques.)

Le lien avec la CAS semblait obscur aux yeux de certains participants, qui se demandaient à quelle valeur le message serait affiché, et pour quelles raisons l'énoncé n'est pas plus général.

« Why single out asthma? Shouldn't it be for everyone? » (Pourquoi parler uniquement de l'asthme? N'est-ce pas quelque chose qui est vrai pour tout le monde?)

« The beginning isn't about air quality. It's not clear what the relevance is to the AQHI. Put that at the start. » (Le début de l'énoncé ne parle pas de qualité de l'air. Le lien avec la CAS n'est pas clair. Mettez la mention de l'indice au début.)

Dans le texte français, l'énoncé « prenez une pause et reposez-vous » semblait fournir une précision inutile. Les participants ont bien aimé l'utilisation d'un hyperlien pour fournir de plus amples renseignements.

Dans le texte anglais, l'expression *increasing AQHI levels* semblait problématique et déroutante aux yeux de certains participants, qui proposaient de la remplacer par *higher AQHI levels*.



Annexe A:
Questionnaire de recrutement

Santé Canada – Questionnaire de recrutement des tests de la Cote air santé (CAS) – FINAL

Nom : _____

Tél. (domicile) : _____ Autre n° : _____

Groupe 1 2 3 4 5 6 7 8

GROUPES DE DISCUSSION :

Edmonton (Alberta) (ANGLAIS)

Date : Le mercredi 6 décembre 2016

Heure : Groupe 1 – 18 h – À risque
Groupe 2 - 20 h – Population générale

Emplacement : Trend Research
10147 – 104 Street NW

Montréal (Québec) (FRANÇAIS)

Date : Le mercredi 7 décembre 2016

Heure : Groupe 3 – 18 h – À risque
Groupe 4 - 20 h – Population générale

Emplacement : Nielsen Opinion Quest
1080, côte du Beaver Hall
4^e étage

Vancouver (Colombie-Britannique) (ANGLAIS)

Date : Le jeudi 8 décembre 2016

Heure : Groupe 5 – 18 h – À risque
Groupe 6 - 20 h – Population générale

Emplacement : Vancouver Focus
503-1080, rue Howe

Halifax (Nouvelle-Écosse) (ANGLAIS)

Date : Le jeudi 8 décembre 2016

Heure : Groupe 7 – 18 h – À risque
Groupe 8 - 20 h - Population générale

Emplacement : Corporate Research
Associates
7071 Bayers Road, Suite
5001

Sommaire des exigences

<ul style="list-style-type: none"> • Six (6) groupes de discussion en anglais avec des résidents de Vancouver, Edmonton, et Halifax; • Deux (2) groupes de discussion en français avec des résidents de Montréal • Dans chaque marché, un groupe comprendra des participants du grand public de 18 ans et plus. • Dans chaque marché, un groupe sera constitué d'un mélange de résidents âgés de 18 ans et plus considéré comme « à risque », ou leur mandataire, incluant : <ul style="list-style-type: none"> ○ Au moins une personne souffrant d'asthme / problèmes respiratoires ou de maladie cardiovasculaire ou de diabète (eux-mêmes ou les enfants vivant avec eux); ○ Au moins deux parents d'enfants âgés de 12 ans et moins; ○ Au moins deux personnes âgées de 60 ans ou plus; ○ Au moins deux personnes qui pratiquent des activités extérieures; et ○ Au moins deux femmes enceintes 	<ul style="list-style-type: none"> • Tous connaissent l'existence de l'instrument/cote de qualité de l'air dans leur collectivité • Tous croient que la qualité de l'air a assurément ou probablement une incidence sur leur santé et celle de leur famille • Mélanger les niveaux d'éducation et de revenu familial pour chaque groupe • Maximum de 5 personnes dans chacune de ces catégories; sans emploi, étudiants, personne au foyer ou retraité, pour chaque groupe • Recrutement de 10 participants par groupe • Récompense : 75 \$ par participant
---	---

Bonjour/Hello, je m'appelle ____ et je travaille pour Corporate Research Associates, une société d'étude de marché et de sondage d'opinion publique. Je vous appelle aujourd'hui au nom du gouvernement du Canada. Nous menons une étude sur la qualité de l'air et nous recherchons des personnes qui pourraient participer à un groupe de discussion. J'aimerais parler à une personne de votre foyer qui a au

moins 18 ans. Puis-je vous poser quelques questions très brèves pour voir si vous faites partie du type de participant que nous recherchons? Les renseignements demeureront strictement confidentiels et vous avez toute liberté de refuser de participer en tout temps. Merci.

Sexe (par observation) :

Femme 1
 Homme 2 **Recruter un mélange**

1. Parmi les membres de votre foyer, y compris vous-même, y a-t-il quelqu'un qui travaille ou a déjà travaillé dans un des secteurs suivants?

Marketing ou études de marché 1
 Relations publiques 2
 Publicité 3
 Médias (télévision, radio, journaux) 4
 Santé publique ou domaine médical 5
 Santé Canada 6

SI LA RÉPONSE À L'UNE DES OPTIONS CI-DESSUS EST « OUI », REMERCIER LA PERSONNE ET TERMINER L'ENTREVUE.

2. Avez-vous actuellement des enfants de 12 ans et moins qui vivent avec vous au moins une partie du temps?

Oui 1 **Recruter minimum 2 par groupe 1, 3, 5, 7**
 Non 2

3. Combien d'enfants de 12 ans et moins habitent dans votre maison?

[INSCRIRE] _____

4. **[DEMANDER AUX FEMMES SEULEMENT]** Êtes-vous enceinte actuellement?

Oui 1 **Recruter minimum 2 par groupe 1, 3, 5, 7**
 Non 2

5. En général, pratiquez-vous personnellement des activités extérieures? Êtes-vous...

Très actif 1
 Quelque peu actif 2 } **Recruter minimum 2 pour chacun**
 Pas très actif, ou 3 **des groupes 1, 3, 5, 7**
 Pas actif du tout 4
DÉCLARATION SPONTANÉE
 Refus 6

6. Est-ce que vous, ou quelqu'un sous votre responsabilité, avez un des problèmes de santé suivants ou avez une maladie chronique diagnostiquée par un professionnel de la santé? Notez bien que ces renseignements demeureront confidentiels et ne seront pas abordés au cours du groupe de discussion. **[LIRE]**

Asthme	1	} Recruter minimum 1 personne pour chacun des groupes 1, 3, 5, 7
Autres problèmes respiratoires	2	
Maladie cardiovasculaire	2	
Diabète, ou	3	Recruter minimum 1 personne pour chacun des groupes 1, 3, 5, 7
Aucun de ces choix	4	
DÉCLARATION SPONTANÉE		
Refus	5	

7. Savez-vous qu'il existe une cote de qualité de l'air ou un instrument d'information publique qui fournit des renseignements concernant le degré de pollution de l'air dans la collectivité ou la région où vous habitez?

Oui	1	
Non	2	REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE
Je ne sais pas	3	REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE

8. Croyez-vous que votre santé, et celle de quiconque sous votre responsabilité est **[LIRE]** affectée par la qualité de l'air de votre environnement

Assurément.....	1	
Probablement	2	
Probablement pas, ou.....	3	REMERCIER, TERMINER L'ENTREVUE ET PRENDRE NOTE DU RÉSULTAT
Assurément pas	4	REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE
DÉCLARATION SPONTANÉE		
Je ne sais pas	3	REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE

9. Dans laquelle des catégories d'âge suivantes vous situez-vous actuellement? Avez-vous...

Moins de 18 ans	1	REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE
De 18 à 29 ans.....	2	
De 30 à 39 ans.....	3	
De 40 à 49 ans.....	4	
De 50 à 59 ans.....	5	
De 60 à 69 ans.....	6	} Recruter 2 par groupe 1, 3, 5, 7
Plus de 70 ans	7	

QUOTAS – GROUPE « À RISQUE » 1, 3, 5, 7 :

- **MINIMUM D'UNE PERSONNE DE CHAQUE CATÉGORIE : DIABÈTE, ASTHME OU PROBLÈMES CARDIOVASCULAIRES(Q6)**
- **MINIMUM DEUX PARENTS D'ENFANTS AGÉS DE 12 ANS ET MOINS (Q2)**
- **MINIMUM DEUX PERSONNES AGÉES DE 60 ANS ET PLUS (AÎNÉ)(Q9)**
- **MINIMUM DEUX PERSONNES QUI PRATIQUENT DES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES (Q5)**
- **MINIMUM DEUX FEMMES ENCEINTEES (Q4)**

QUOTAS – GROUPES POPULATION GÉNÉRALE 2, 4, 6, 8 :
-RECRUTER UNE BONNE COMBINAISON D'ÂGE; MAXIMUM 3 PERSONNES DE 60 ANS ET PLUS (Q9)

10. Quelle est votre situation professionnelle actuelle? Êtes-vous actuellement...

LIRE LES RÉPONSES DANS L'ORDRE – CODER UNE SEULE RÉPONSE

Employé à temps plein.....	1	} Maximum 5 par groupe
Employé à temps partiel	2	
Travailleur indépendant.....	3	
Sans emploi.....	4	
Étudiant.....	5	
Personne au foyer	6	
Retraité.....	7	

DÉCLARATION SPONTANÉE

Refus	8
-------------	---

11. Si le répondant est un employé, demander... Quelle est votre profession actuelle?

_____ **TERMINER L'ENTREVUE SI LA PROFESSION EST
SEMBLABLE À CELLES DE LA Q1**

12. Si la personne est retraitée, demander : Quelle était votre profession avant de prendre votre retraite?

_____ **TERMINER L'ENTREVUE SI LA PROFESSION EST SEMBLABLE À
CELLES DE LA Q1**

13. Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux le revenu total **avant impôts** de votre foyer pour l'an dernier? Diriez-vous...? **LIRE LES RÉPONSES DANS L'ORDRE – CODER UNE SEULE RÉPONSE**

Moins de 30 000 \$	1	} Recruter une bonne combinaison de participants
Au moins 30 000 \$, mais moins de 50 000 \$	2	
Au moins 50 000 \$, mais moins de 75 000 \$	3	
Au moins 75 000 \$, mais moins de 100 000 \$	4	
100 000 \$ ou plus	5	

DÉCLARATION SPONTANÉE

Refus	6
-------------	---

14. Quel est le plus haut niveau de scolarité que vous avez atteint?

Études primaires	1	} Recruter une bonne combinaison de participants
Études secondaires ou formation professionnelle non terminées	2	
Études secondaires terminées.....	3	
Études collégiales ou formation technique non terminées	4	
Études collégiales ou formation technique terminées	5	
Études universitaires non terminées.....	6	
Études universitaires terminées	7	

15. Afin de nous assurer que nous nous adressons à des gens provenant de milieux variés, pourriez-vous nous indiquer votre origine ethnique? **NE PAS LIRE**

Caucasienne	1
Chinoise.....	2
Asiatique du Sud (Indes orientales, pakistanaise, etc.)	3
Noire	4
Philippine	5
Latino-américaine	6
Asiatique du Sud-Est (vietnamienne, etc.).....	7
Arabe.....	8
Asiatique occidentale (iranienne, afghane, etc.)	9
Coréenne.....	10
Japonaise.....	11
Autochtone (Première Nations, Métis ou Inuit) ..	12
Autre (veuillez préciser) _____	13
Je préfère ne pas répondre.....	14

16. Pour terminer, avez-vous déjà participé à un petit groupe de discussion pour lequel vous avez été rémunéré?

Oui	1	CONTINUER – Maximum de 5
Non	2	Passer à l'invitation

17. Quel était le sujet de la discussion? _____

18. Quand avez-vous participé à une discussion de groupe pour la dernière fois? _____

19. À combien de discussions de groupe avez-vous participé au cours des 5 dernières années?

SI LA PERSONNE A PARTICIPÉ À UN GROUPE DE DISCUSSION AU COURS DES SIX DERNIERS MOIS, REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE.

SI LA PERSONNE A PARTICIPÉ À TROIS GROUPE DE DISCUSSION OU PLUS AU COURS DES CINQ DERNIÈRES ANNÉES, REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE.

SI LA PERSONNE A DÉJÀ PARTICIPÉ À UN GROUPE DE DISCUSSION SUR LA SANTÉ– REMERCIER ET TERMINER L'ENTREVUE.

INVITATION

J'aimerais vous inviter à participer à un petit groupe de discussion, appelé groupe de concertation, qui aura lieu à ___ le _____. Comme vous le savez peut-être, les groupes de concertation servent d'outils de recherche pour recueillir des renseignements sur un sujet précis. Dans le cas qui nous intéresse, il s'agit d'éléments liés à la qualité de l'air. De huit à dix personnes participeront à la discussion, qui sera très informelle. La discussion durera environ **deux** heures, des rafraîchissements seront servis et vous recevrez **75 \$** en guise de remerciement pour votre temps. Aimerez-vous participer?

Oui	1	Continuer l'entrevue
Non	2	Remercier et terminer l'entrevue

La discussion à laquelle vous participerez sera enregistrée en format audio et vidéo aux fins d'une utilisation par l'équipe de recherche uniquement. Soyez assuré que vos commentaires et réponses demeureront strictement confidentiels. Êtes-vous à l'aise avec le fait que la discussion soit enregistrée en formats audio et vidéo?

- Oui1 **Continuer l'entrevue**
 Non2 **Remercier et terminer l'entrevue**

La discussion aura lieu dans une pièce consacrée aux groupes de discussion dotée d'un miroir sans tain (qui permet de voir d'un seul côté). L'équipe de recherche pourra ainsi observer la discussion pendant qu'elle se déroule. Certaines personnes peuvent aussi observer la discussion à distance [**SPRÉCISER SEULEMENT LORSQUE DEMANDÉ** : en transmission en direct sur internet, grâce à l'utilisation d'un portail en ligne sécurisé]. Cela vous pose-t-il problème?

- Oui1 **Remercier et terminer l'entrevue**
 Non2 **Continuer l'entrevue**

Les participants DEVRONT lire des textes ET inscrire des réponses. Êtes-vous en mesure de participer à de telles activités en français (anglais) sans aide pendant le groupe de discussion?

- Oui1 **Continuer l'entrevue**
 Non2 **Remercier et terminer l'entrevue**

Les participants des groupes de discussion doivent exprimer leurs pensées et leur opinion de manière libre et dans un contexte non officiel avec d'autres personnes. À quel point êtes-vous à l'aise avec un tel exercice? Vous sentez-vous...?

- Tout à fait à l'aise1 **Continuer l'entrevue**
 À l'aise.....2 **Continuer l'entrevue**
 Pas vraiment à l'aise.....3 **Remercier et terminer l'entrevue**
 Pas du tout à l'aise4 **Remercier et terminer l'entrevue**

Nous demandons à tous ceux qui participent au groupe de discussion d'apporter une pièce d'identité avec photo si possible.

Puisqu'il s'agit de petits groupes, l'absence d'une seule personne peut nuire au bon fonctionnement de la discussion. C'est pourquoi je vous demande, si vous avez décidé de participer, de faire tout votre possible pour y assister. Si jamais vous étiez dans l'impossibilité de participer, veuillez communiquer avec _____ (appel à frais virés) au _____ dès que possible afin que nous puissions trouver un autre participant pour vous remplacer.

Aussi, veuillez arriver 15 minutes avant l'heure du début. **La discussion commencera à [HEURE] précises.** Si vous arrivez après **[HEURE]**, vous ne pourrez PAS prendre part à la discussion et vous ne recevrez PAS la récompense de 75 \$.

N'oubliez pas vos lunettes de lecture ou tout ce dont vous pourriez avoir besoin pour lire ou pour participer à la discussion.

Avis aux recruteurs :

1. Recrutement de dix (10) participants par groupe.
2. VÉRIFIER LES QUOTAS.
3. S'assurer que chaque participant a de bonnes habiletés d'expression orale selon l'ensemble des réponses (dans le doute, NE PAS L'INVITER)

4. Ne pas inscrire les noms sur la feuille de profils à moins d'avoir obtenu un engagement ferme.
5. Confirmer la date, l'heure et l'endroit avant de raccrocher.

Confirmation – LA VEILLE DE LA DISCUSSION

1. Confirmer en personne avec le participant – ne pas laisser de message.
2. Confirmer toutes les questions clés d'admissibilité.
3. Confirmez l'heure et l'endroit (demandez aux répondants s'ils connaissent l'endroit).
4. Rappelez-leur d'arriver 15 minutes à l'avance
5. Demandez-leur d'apporter leurs lunettes ou tout autre article dont ils ont besoin pour lire ou pour prendre part à la discussion (comme une prothèse auditive).

Annexe B :
Guide de l'animateur

Guide de l'animateur – VERSION FINALE

Cote air santé (CAS) - Test des messages clés

Objectifs de la recherche (confidentiel : ne pas lire aux participants)

- Évaluer l'efficacité des nouveaux messages qui aident les populations concernées à comprendre les risques pour la santé posés par la pollution atmosphérique et la population générale à réfléchir sur les meilleures façons d'être actifs à l'extérieur (éviter les zones de forte circulation lors d'un sport extérieur, par exemple).
- Noter les messages en fonction de leur clarté, de leur crédibilité, de leur exhaustivité et de leur faculté à inspirer l'action (appel à l'action, changement de comportement).
- Mesurer la clarté, la crédibilité et l'exhaustivité globale de la Cote Air Santé (CAS).

Introduction

10 minutes

- **Mot de bienvenue** : Présentation de l'animateur et de son rôle (encourager la participation/orienter les discussions).
- **Thème** : Qualité de l'air; le gouvernement du Canada commande l'étude.
- **Durée** : La discussion devrait durer environ deux heures, sans pause.
- **Processus** : Toutes les opinions sont importantes, nous cherchons à comprendre les accords et les désaccords, une seule personne parle à la fois, nous voulons obtenir les commentaires de tous.
- **Logistique** : Enregistrement audio et vidéo; observation de la part du gouvernement du Canada (en personne ou à distance).
- **Confidentialité** : La participation est volontaire; les commentaires resteront anonymes; aucun nom ne figurera dans les rapports.
- **Présentation des participants** : Prénom, qui habite dans votre demeure et quel est votre passe-temps préféré.

Discussion générale sur la qualité de l'air

20 minutes

En ce qui concerne votre famille et vous...

Discussion en groupe :

- Dans quelle mesure, vous et les autres personnes habitant dans votre maison, prêtez-vous attention à la qualité de l'air extérieure? Pourquoi est-ce important/peu important?
- Si vous y prêtez attention, quel signe recherchez-vous? Comment évaluez-vous la qualité de l'air? Qu'est-ce qui est le plus important pour vous?
- Quel facteur environnemental influence la qualité de l'air? **Approfondir** : la chaleur/le froid; le pollen; les rayons UV; d'autres facteurs de risque reliés au climat. (**Inscrire les réponses sur le tableau.**)
- En général, quel type de personnes est la plus à risque d'être sensible à la qualité de l'air?
- De quelles informations disposez-vous pour déterminer la qualité de l'air?
- Où trouvez-vous ces renseignements? Combien de fois les avez-vous consultés?
- À quel autre endroit est-il possible de trouver ces renseignements?
- **En cas de réponses multiples** : En quelle source d'information avez-vous le plus confiance? Pourquoi celle-là? Y a-t-il des sources auxquelles vous ne faites pas confiance? Pourquoi?
- Comment aimeriez-vous obtenir de l'information à propos de la pollution de l'air?
- Avez-vous entendu parler de la Cote air santé? Si oui, que savez-vous à ce sujet? Où en avez-vous entendu parler? Qui a créé cette Cote? De quelle façon est-elle calculée?
- **En cas de connaissance préalable de la CAS** : L'avez-vous déjà utilisée? Sinon, pourquoi pas?

Test des messages clés**90 minutes**

J'aimerais vous présenter un certain nombre d'énoncés concernant la Cote air santé, un outil public d'information qui aide les Canadiens à protéger quotidiennement leur santé des méfaits de la pollution de l'air. Cet outil a été élaboré par le gouvernement du Canada, en partenariat avec les provinces et les principaux intervenants en santé et en environnement. Cette Cote, aussi appelée CAS, est disponible dans certaines municipalités du pays, incluant la vôtre.

Je vais expliquer rapidement son fonctionnement. La CAS est une échelle conçue pour vous aider à comprendre les effets de la qualité de l'air environnant sur votre santé. Elle a pour but de vous aider à modifier votre exposition à l'air pollué, ainsi que votre niveau d'activité, durant des pics de pollution atmosphérique. Elle fournit également des conseils sur la façon dont vous pouvez améliorer la qualité de l'air que vous respirez. La CAS mesure la qualité de l'air sur une échelle de 1 à 10, avec en plus une note de 10+, lorsque l'air est très pollué. Plus le nombre est élevé, plus le risque présenté par la qualité de l'air est grand (1 est un risque faible et 10 est un risque élevé). Il y a une catégorie qui décrit le niveau de risque associé avec la note (incluant un risque pour la santé faible, modéré, élevé ou très élevé).

La CAS est calculée en fonction du risque relatif que présente un ensemble de facteurs polluants communs qui nuisent à la santé. Elle est mesurée quotidiennement, et la note se trouve en ligne sur le site du gouvernement du Canada. Le site indique le niveau de la pollution atmosphérique, ainsi que les populations à risque, et il fournit une série de messages relatifs à la santé, basés sur la cote.

Aujourd'hui, nous allons examiner neuf messages qui peuvent être affichés avec la CAS. Nous allons examiner chacun des messages, un à la fois. Commençons par le premier. ***L'animateur distribue une feuille d'exercice.***

Pendant que nous lisons ensemble les énoncés, veuillez surligner les mots ou les parties qui vous interpellent le plus, ceux qui évoquent quelque chose pour vous. En même temps, soulignez les mots ou les parties qui peuvent porter à confusion ou être incomplets. ***L'animateur lit les énoncés, un à la fois.***

Maintenant, avant de discuter de cet énoncé ensemble, prenez un moment pour compléter l'exercice sous l'énoncé, en indiquant à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec chacune des phrases énumérées (échelle des « pouces »). Je vais vous donner quelques instants pour écrire vos réponses.

Discussion en groupe après l'exercice :

- Que pensez-vous de cet énoncé?
- Qu'essaie-t-il de communiquer? Quel est le message principal ici?
- À quel point croyez-vous ce qui est dit? Pourquoi / pourquoi pas?
- À qui s'adresse-t-on avec cet énoncé : quelqu'un comme vous ou quelqu'un de différent?
- ***Pour chaque auditoire cible / mandataire :*** Qu'est-ce qui rendrait cet énoncé plus convaincant pour vous personnellement?
- S'il y a lieu, y a-t-il quoi que ce soit qui ait capté votre attention dans cet énoncé (les parties surlignées)? Pourquoi?

- S'il y a lieu, y a-t-il quoi que ce soit qui ne soit pas clair ou qui peut porter à confusion (les parties soulignées)? Qu'est-ce qui pourrait être amélioré?
- Que feriez-vous si vous voyiez ou entendiez ce message quelque part?
- Chaque jour, nous sommes submergés d'informations diverses; certaines plus utiles que d'autres. Avec ceci en tête, à quel point est-ce important pour le gouvernement de faire part précisément de cette information au public? Pourquoi / pourquoi pas?

Répéter l'exercice et la discussion pour chaque énoncé. Changer l'ordre des présentations entre les groupes pour minimiser toute distorsion liée à la présentation.

Remarque pour l'animateur :- Groupes cibles :

Message n° 1 : Personne responsable d'enfants / d'adultes plus âgés

Message n° 2 : Personne avec un problème respiratoire ou cardiovasculaire, ou avec le diabète

Message n° 3 : Enfants

Message n° 4 : Femmes enceintes

Message n° 5 : Personne travaillant à l'extérieur

Message n° 6 : Personnes souffrant de maladie respiratoire ou cardiovasculaire

Message n° 7 : Toutes les populations à risque (extérieur et visibilité de l'air)

Message n° 8 : Toutes les populations à risque (exercice et trafic)

Message n° 9 : Population asthmatique (exercice et asthme)

Après l'analyse de tous les messages :

Pour terminer...

- À quel endroit aimeriez-vous que les informations et les messages de la CAS soient disponibles?
- Avez-vous d'autres commentaires à formuler au sujet du thème que nous avons abordé ce soir?

Remerciements et clôture

Notre entretien est maintenant terminé. J'aimerais vous remercier pour votre temps et pour vos commentaires. ***Leur indiquer le chemin jusqu'à l'hôtesse qui leur remet la récompense.***

Annexe C: Matériel testé



















Exercices des groupes de discussion

Prénom : _____

Exercice no 1

Les jeunes enfants et les personnes âgées sont plus sensibles à la pollution atmosphérique, spécialement s'ils ont des problèmes respiratoires ou cardiaques. Les parents et les personnes ayant la garde d'enfants peuvent vérifier la CAS pour savoir quel est le moment idéal pour organiser des activités extérieures. Si vous remarquez des symptômes (difficulté à respirer, toux, maux de gorge, etc.) chez votre enfant ou la personne que vous accompagnez, prenez une pause jusqu'à ce qu'il ou elle se sente mieux.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.


























	D'accord			En désaccord	
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____

Exercice no 2

Les personnes qui souffrent d'une maladie respiratoire comme l'asthme, le cancer du poumon ou la maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), qui regroupe la bronchite chronique et l'emphysème, et celles qui souffrent d'une maladie cardiovasculaire (angine de poitrine, antécédents de crise cardiaque, insuffisance cardiaque congestive ou arythmie) sont sensibles à la pollution atmosphérique. Les personnes diabétiques sont plus touchées, car elles risquent davantage de souffrir d'une maladie cardiovasculaire. La pollution atmosphérique rend la respiration difficile et peut aggraver les symptômes de maladies pulmonaires ou cardiaques, par exemple déclencher une crise cardiaque.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.


























	D'accord			En désaccord	
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____

Exercice no 3

L'activité physique est importante et présente de nombreux avantages pour la santé. Par exemple, elle permet d'avoir un cœur, des os et des muscles en santé et d'accroître la concentration. En règle générale, les avantages de l'activité physique surpassent les risques liés à la pollution atmosphérique. Les enfants en santé peuvent jouer et faire de l'exercice à l'extérieur comme d'habitude lorsque la CAS est modérée. La qualité de l'air ne devrait pas être une préoccupation, à moins que la CAS augmente. Le cas échéant, les enfants en santé devraient réduire leurs activités extérieures exténuantes ou les reporter s'ils ressentent des symptômes.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.


















	D'accord		En désaccord		
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____

Exercice no 4

Des données scientifiques montrent que l'exposition à des concentrations élevées de polluants atmosphériques pendant la grossesse peut avoir une faible incidence sur la croissance du fœtus, mais dans une moindre mesure que la fumée de cigarette ou la fumée secondaire. Les méthodes de recherche actuelles ne permettent pas de détecter les effets sur le fœtus associés à des changements à court terme de la pollution atmosphérique. Vous pouvez faire de l'exercice comme à l'habitude. Tenez compte de la CAS de la même manière que si vous n'étiez pas enceinte.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.

	D'accord			En désaccord	
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____

Exercice no 5

Professions dans le cadre desquelles l'employé doit marcher durant de longues périodes, pousser ou tirer des objets pesant moins de 75 lb, se tenir debout tout en soulevant des objets pesant moins de 50 lb ou monter des escaliers en transportant des objets de moins de 25 lb.

Tâches demandant fréquemment un effort modéré et une utilisation considérable des jambes et des bras et parfois, du corps en entier.

Par exemple :

- Marcher énergiquement sur une surface plane en transportant une valise ou une charge ne pesant pas plus de 50 lb
- Nettoyer des chambres ou faire du ménage, faire le service aux tables ou laver la vaisselle dans un établissement
- Conduire des véhicules lourds (p. ex. semi remorques, autobus scolaire, tracteur ou moissonneur) qui ne sont pas entièrement automatisés et qui demandent une utilisation prolongée des jambes et des bras
- Utiliser de lourds outils électriques (p. ex. perceuses et marteaux perforateurs)
- Effectuer diverses tâches liées à la construction domiciliaire (p. ex. travaux électriques, plomberie, menuiserie, pose de cloisons sèches et peinture)
- Travailler dans une ferme – alimentation et toilettage des animaux, traite de vaches, pelletage des céréales, cueillette de fruits dans les arbres, cueillette de légumes
- Emballer des boîtes pour le transport ou le déménagement
- Faire un travail à la chaîne – tâches demandant un effort modéré et un mouvement de tout le corps, des bras ou des jambes
- Livrer le courrier – marcher en transportant un sac à courrier

Professions dans le cadre desquelles l'employé doit courir pendant de longues périodes, faire des mouvements rapides, pousser ou tirer des objets pesant 75 lb et plus, se tenir


























debout tout en soulevant des objets de 50 lb ou plus ou marcher en transportant des objets lourds de 25 lb ou plus.

Tâches demandant fréquemment un effort soutenu et des mouvements de tout le corps.

Par exemple :

- Monter en courant un escalier en transportant une valise ou une charge de 25 lb ou plus
- Donner un cours ou tâches demandant un effort accru et soutenu, comme l'aérobie et l'éducation physique
- Combattre des incendies
- Faire de la maçonnerie et de gros travaux de construction
- Travailler dans une mine de charbon
- Pelleter ou creuser à la main des fossés
- Utiliser de lourds outils non mécaniques
- Faire des travaux de foresterie (la majorité)
- Travailler dans une ferme – ramasser de la paille avec une fourche, mettre en balles du foin, nettoyer une grange ou faire des travaux dans un poulailler
- Faire des déménagements (professionnels)
- Charger et décharger un camion

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.


























	D'accord		En désaccord		
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____

Exercice no 6

Si vous souffrez d'une maladie respiratoire (p. ex. asthme, MPOC) ou cardiovasculaire (p. ex. angine, insuffisance cardiaque, arythmie), vous devez bien contrôler votre maladie chronique afin de réduire les effets néfastes de la pollution atmosphérique. Suivez les conseils de votre médecin en augmentant ou en modifiant votre médication ou consultez un professionnel de la santé si votre condition s'aggrave.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.

	D'accord			En désaccord	
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____





















Exercice no 7

La CAS ne mesure pas les effets des odeurs sur la santé, et il n'y a pas toujours de lien entre la visibilité et la CAS.

Certains jours, vous pouvez sentir une odeur ou l'air peut paraître sale, et ce, même si la CAS est faible ou modérée. Dans ce cas, vous pouvez tout de même vous adonner à vos activités à moins de ressentir des symptômes.

Parfois, la CAS peut être élevée même si vous ne sentez pas d'odeur et que la visibilité est bonne. Vérifiez la CAS et suivez les conseils pertinents.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.

	D'accord			En désaccord	
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____

Exercice no 8

Les émissions provenant des moteurs des voitures et des camions contiennent des polluants qui peuvent être dangereux pour la santé. Pour réduire le risque, faites de l'exercice dans les parcs et les quartiers résidentiels et évitez les rues très passantes en restant à au moins 150 m des routes à grande circulation et à au moins 500 m des autoroutes. Pour en savoir plus, consultez le tableau ci-dessous.

Tableau exercice 8

Type de route	Débit journalier moyen annuel	Gradient de la pollution atmosphérique liée à la circulation automobile (distance minimale recommandée)
Routes principales (c.-à-d. les routes qui comportent deux voies ou plus, qui s'étendent sur plusieurs kilomètres et dont la limite de vitesse est supérieure à 50 km/h)	Plus de 15 000 véhicules	150 m
Autoroutes	Plus de 100 000 véhicules	500 m

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.

	D'accord		En désaccord		
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.					

Prénom : _____



















Exercice no 9

Le fait d'avoir de l'asthme ne signifie pas que vous ne devez pas faire d'exercice. Les avantages de l'activité physique régulière surpassent pratiquement toujours les risques associés à l'asthme à l'effort.

Assurez-vous de contrôler votre asthme avant de commencer à faire de l'exercice. Soyez attentif à vos symptômes; une CAS plus élevée est plus susceptible d'entraîner de l'asthme à l'effort. Ajustez votre niveau d'activité au besoin [lien vers la page sur la réduction ou le report des activités].

Si vous ressentez des symptômes pendant une activité, prenez une pause et reposez-vous. Prenez vos médicaments de soulagement. Si vous n'êtes pas certain que vos symptômes sont causés par l'asthme à l'effort, ou que votre asthme s'aggrave, consultez un médecin.

Veillez indiquer jusqu'à quel point vous êtes en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants.

	D'accord			En désaccord	
Je crois ce qu'affirme cet énoncé.					
Cela me touche personnellement.					
Cela fournit de l'information utile pour ma famille et moi.					
Ce message m'apparaît clair.					
Après avoir lu cet énoncé, je comprends ce qu'il faut faire.	