

**CHAIRE**

**de tourisme  
Transat**

**ESG** UQÀM

**370**

**DA32**

Projet de modification de la limite  
du parc national du Mont-Orford

6213-01-007

---

# RETOMBÉES SOCIALES DU PARC NATIONAL DU MONT ORFORD

---

CHAIRE DE TOURISME TRANSAT

NOVEMBRE 2020

# Table des matières

<u>Mise en contexte</u>	3
<u>Méthodologie</u>	4
<u>Avertissements</u>	5
<u>Échantillonnage en bref</u>	6
<u>Section I : Développement du territoire et qualité de vie</u>	7
<u>Section II : Appropriation et mobilisation</u>	25
<u>Section III : Santé et éducation</u>	33
<u>Conclusion — constats sur les retombées sociales du PNMO</u>	41
<u>Bibliographie</u>	42
<u>Annexe I Méthodologie</u>	43
<u>Annexe II Précisions sur les échantillons</u>	45




# Mise en contexte

En 2019, la Chaire de tourisme Transat a été mandatée par la Société des établissements de plein air du Québec (Sépaq) afin de réaliser un sondage auprès des Québécois visiteurs et non-visiteurs du réseau. Les thèmes abordés concernaient la pratique d'activités de plein air ainsi que divers impacts sociaux de ses sites sur la population.

À l'automne 2020, le comité travaillant sur le développement du Parc national du Mont Orford (PNMO), un site sous la gestion de la Sépaq, demande à la Chaire de tourisme Transat de réaliser un rapport à partir des données de cette recherche. Le comité désire mettre en lumière les retombées non économiques du PNMO, en particulier sur les populations limitrophes.

Le rapport présent fait ainsi l'étalage des impacts plus spécifiques au PNMO identifié par les répondants qui demeurent à moins de 70 km du parc. Trois grandes thématiques sont abordées : le développement du territoire et la qualité de vie, l'appropriation et la mobilisation ainsi que la santé et l'éducation.

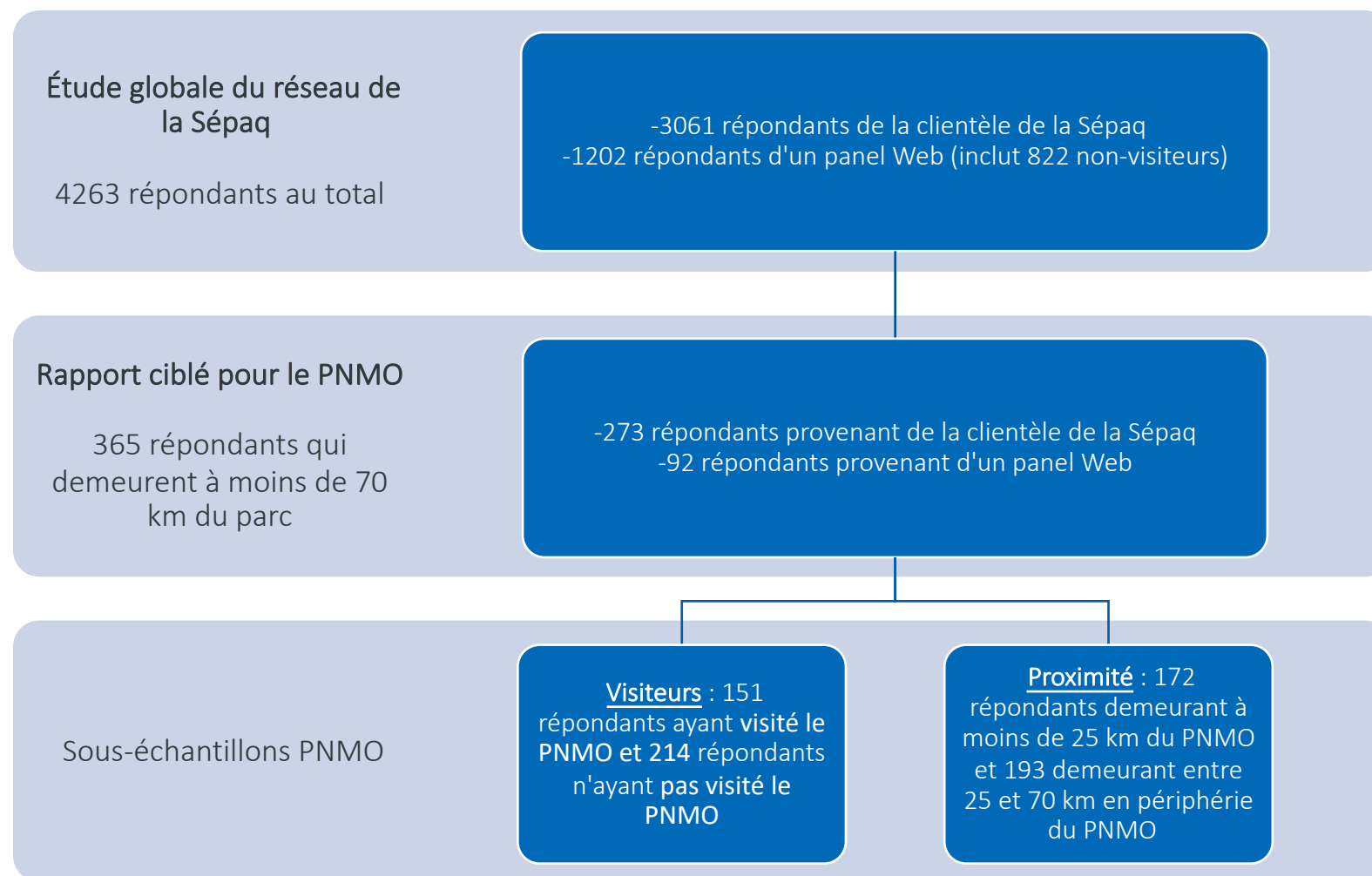
# Méthodologie — mode de collecte

<p>Mode de collecte</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sondage Web sur invitation auprès de panels Web;</li> <li>• Envoi d'un questionnaire en ligne via une infolettre adressée à la clientèle de la Sépaq;</li> <li>• Le sondage a été programmé par la firme MBA Recherche et hébergé sur leur plateforme;</li> <li>• La collecte s'est échelonnée du 1er au 18 mars 2019.</li> </ul>
<p>Population à l'étude</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Résidents du Québec ;</li> <li>• S'exprimant en français et en anglais ;</li> <li>• Âgés de 18 ans et plus;</li> <li>• Visiteurs et non-visiteurs de la Sépaq.</li> </ul>
<p>Questionnaire</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le questionnaire regroupe quarante-six questions. Il comprend aussi une section sur les habitudes de plein air et les caractéristiques sociodémographiques. Le profil des répondants déterminait les questions auxquelles ils allaient répondre par l'emploi de sauts logiques. Le questionnaire a fait l'objet de plusieurs prétests.</li> </ul>



- Les sous-échantillons sont surreprésentés par des répondants issus de la clientèle de la Sépaq. **Cette portion est généralement plus favorable à la présence des territoires de la Sépaq** que les répondants issus du panel Web (population générale).
- Il s'agit d'un **échantillon de convenance**, qui peut susciter un biais de confirmation et **limite la généralisation des résultats**.
  - Étant donné que le sondage n'a pas été exécuté spécialement pour le PNMO, les données n'ont pas été pondérées selon les caractéristiques sociodémographiques des répondants dans la région à l'étude.
- Le calcul de marges d'erreur n'est pas recommandé lors de l'utilisation d'un échantillon non-probabiliste. À titre informatif, voici un élément pouvant éclairer sur la fiabilité et la validité des données du rapport (à un niveau de confiance de 90 %) :
  - N=83 : marge d'erreur de 9%

## 6 Échantillonnage en bref



Référez-vous aux annexes I et II pour consulter la méthodologie détaillée et les précisions sur les échantillons.

## SECTION I

---

# DÉVELOPPEMENT DU TERRITOIRE ET QUALITÉ DE VIE

# Retombées de la Sépaq sur le développement des communautés

Dans le but d'évaluer les retombées des sites de la Sépaq sur le développement des communautés, les répondants au sondage étaient invités à s'exprimer, entre autres, sur les questions ci-contre.

Les réponses des personnes qui demeurent autour du PNMO à ces trois questions dressent un portrait sommaire des retombées perçues du parc sur le développement du territoire et sur la qualité de vie des résidents.

Y a-t-il un site du réseau de la Sépaq qui exerce une influence sur le développement de votre communauté ? (Ex. : vitalité du milieu, achalandage, valeur des résidences, coût de la vie) ?

- Oui, positive
- Oui, influence positive et négative
- Oui, négative
- Non

Si oui, de quel site s'agit-il ?

- Liste de tous les sites de la Sépaq

Indiquez sur une échelle de 1 (pas du tout d'accord) à 5 (tout à fait d'accord) votre opinion quant aux énoncés suivants : La présence [du site indiqué] dans ma communauté...

- ... Accroît l'accès à la grande nature
- ... Influence à la hausse la valeur de ma propriété/de ma location
- ... Participe à créer une conscience environnementale
- ... Crée de la vitalité, du dynamisme dans ma collectivité
- ... Stimule l'économie de ma collectivité
- ... Crée un sentiment d'appartenance au sein de ma collectivité
- ... Entraîne une hausse du coût de la vie pour les résidents à proximité
- ... Entraîne un achalandage excessif dans ma collectivité
- ... Constitue un frein à l'accessibilité aux espaces naturels en raison de ses tarifs d'entrée.

# Le PNMO exerce-t-il une influence sur le développement des communautés ?

Parmi les résidents à proximité du PNMO qui considèrent qu'un site de la Sépaq exerce une influence sur leur communauté (39 %), **58 % indiquent que c'est le PNMO qui exerce une influence.**

Afin d'évaluer la nature de cette influence, ces répondants devaient indiquer si le PNMO a une influence positive, positive et négative ou seulement négative sur leur communauté. Comme l'illustre le tableau ci-dessous, **quelque 78 % considèrent que le PNMO a une influence positive**, 20 % une influence positive et négative et 1 % une influence négative.

Notons que les répondants qui habitent à moins de 25 km sont significativement plus nombreux à percevoir l'influence comme étant positive ( $p < 0,035$ ). **Quelque 83 % d'entre eux perçoivent positivement l'influence du parc chez eux.**

## Différentes opinions

- Parmi les résidents à proximité du PNMO qui considèrent qu'un site de la Sépaq exerce une influence, les répondants issus de la clientèle Sépaq croient davantage que le PNMO a une influence positive ( $p < 0,002$ ). Les répondants issus du panel Web affirment en plus grand nombre qu'il a un impact positif et négatif ( $p < 0,014$ ).

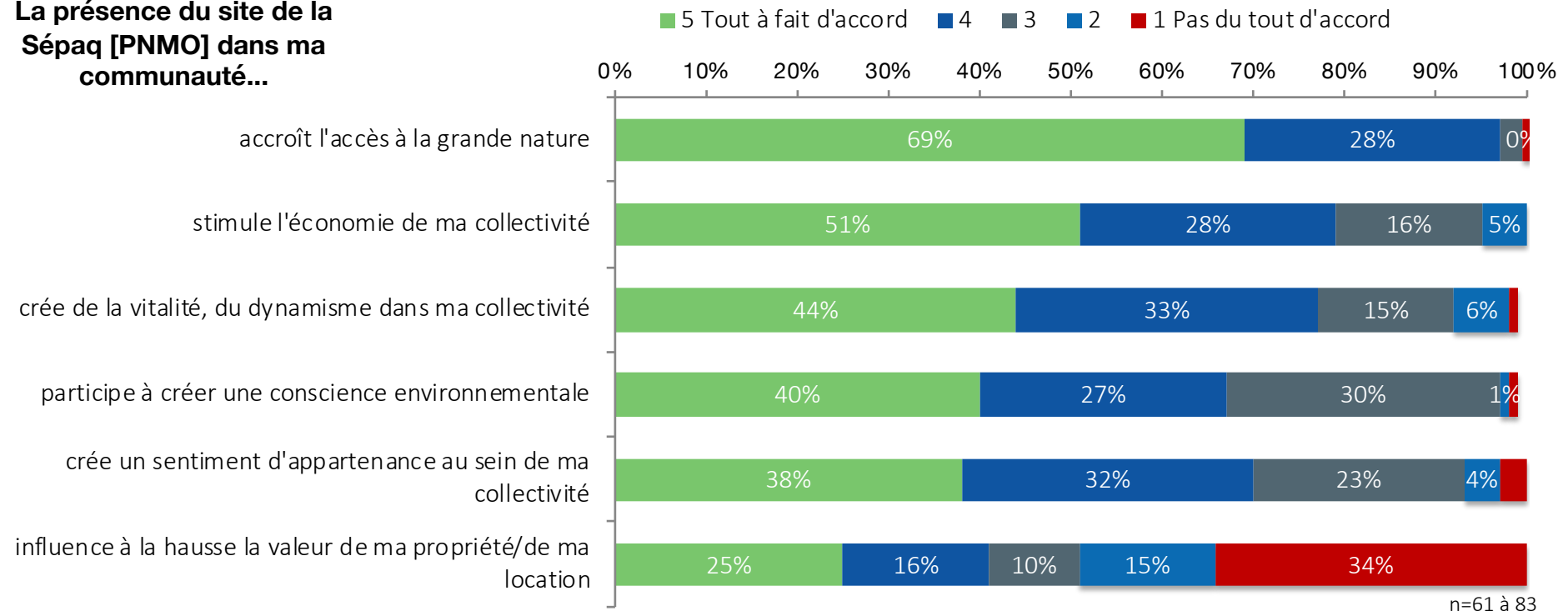
(Base PNMO) Y a-t-il un site du réseau de la Sépaq qui exerce une influence sur le développement de votre communauté ? (Ex. : vitalité du milieu, achalandage, valeur des résidences, coût de la vie)	Choix de réponse		Total	Résidents à 25 km et moins	Résidents entre 25 et 70 km
	Oui, positive		78 %	83 %	57 %
	Oui, influence positive et négative		20 %	17 %	36 %
	Oui, négative		1 %	0 %	7 %

(Base PNMO) Y a-t-il un site du réseau de la Sépaq qui exerce une influence sur le développement de votre communauté ? (Ex. : vitalité du milieu, achalandage, valeur des résidences, coût de la vie)	Choix de réponse		Clientèle Sépaq	Panel Web
	Oui, positive		84 %	40 %
	Oui, influence positive et négative		16 %	50 %
	Oui, négative		0 %	10 %

# Influence du PNMO sur les communautés

Le graphique ci-dessous illustre l'opinion des résidents à moins de 70 km du PNMO quant aux retombées du parc sur leur communauté. Les résultats démontrent que **97 % des répondants sont d'accord ou tout à fait d'accord avec le fait que le PNMO accroît l'accès à la grande nature**. Le deuxième impact qui suscite le plus l'approbation des répondants est le fait que le parc stimule l'économie de la collectivité (79 %).

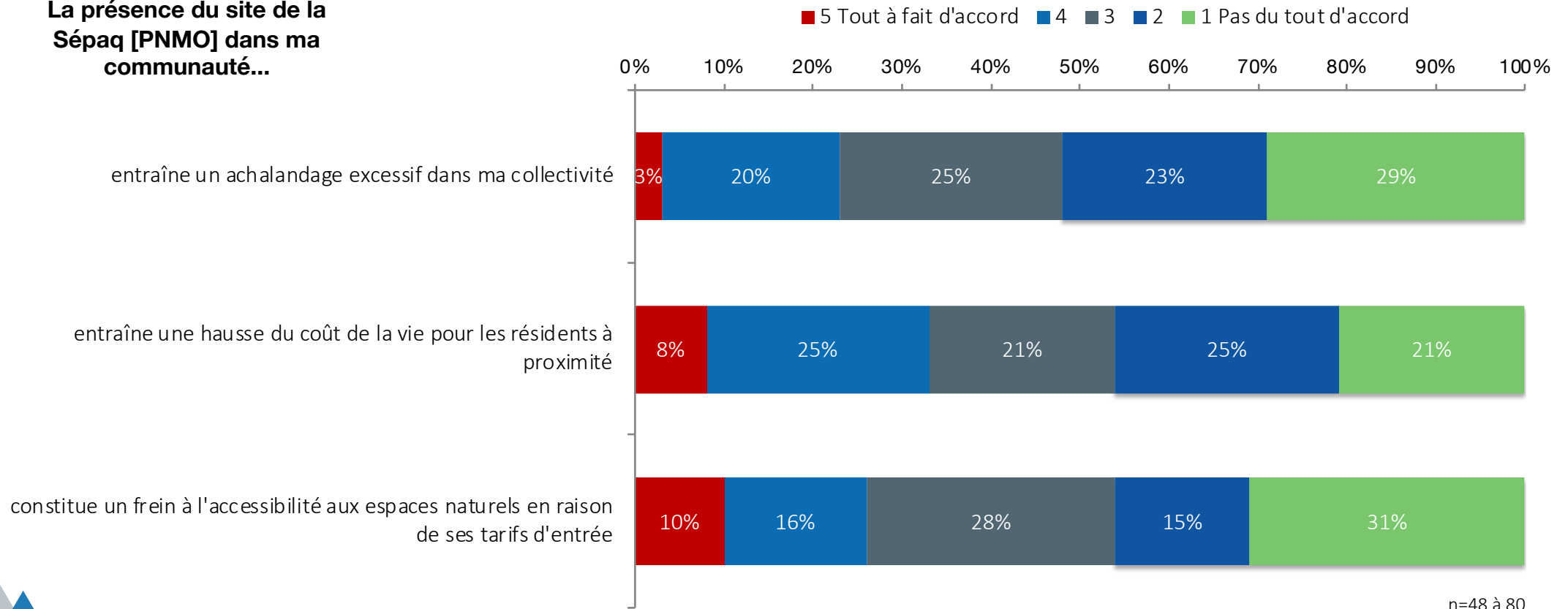
## La présence du site de la Sépaq [PNMO] dans ma communauté...



# Influence négative du PNMO sur les communautés

Le graphique ci-dessous illustre l'opinion des résidents à moins de 70 km du PNMO, cette fois relativement aux retombées plus négatives du parc sur leur communauté. **Les répondants sont plus nombreux à être en désaccord avec les effets négatifs cités.** 1 répondant sur 3 (33 %) est toutefois en accord avec le fait que le PNMO entraîne une hausse du coût de la vie.

## La présence du site de la Sépaq [PNMO] dans ma communauté...



n=48 à 80

# Le PNMO accroît l'accès à la grande nature

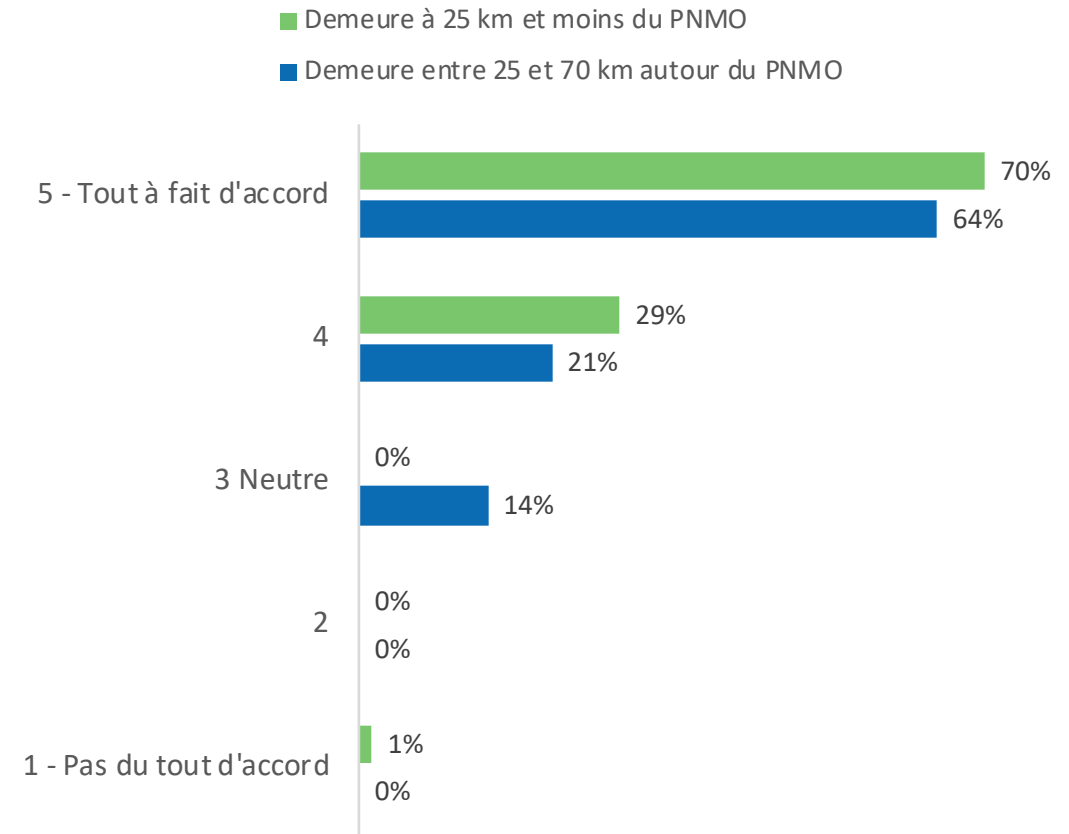
**97 %** d'accord ou tout à fait d'accord

Aux yeux des résidents, la **plus grande influence du parc dans la liste d'énoncés demeure le fait qu'il accroît l'accès à la grande nature**. C'est l'opinion de 99 % (70 % tout à fait d'accord + 29 % d'accord) des résidents à moins de 25 km et 85 % des résidents entre 25 et 70 km du parc.

Afin de pointer davantage la perception des résidents limitrophes, les différences significatives ont été ressorties entre les répondants qui demeurent à moins de 25 km et ceux qui demeurent entre 25 et 70 km du parc.

- Comme l'indique le graphique ci-contre, les **résidents qui demeurent à 25 km et moins du PNMO sont davantage en accord** avec le fait que le PNMO accroît l'accès à la grande nature ( $p < 0,019$ ) vis-à-vis des autres.
- Il n'y a pas de différence significative entre la clientèle de la Sépaq et le panel Web. Il n'y a pas non plus de différence entre ceux qui visitent le parc et ceux qui ne le visitent pas.

## Le PNMO accroît l'accès à la grande nature



n=83

# Le PNMO stimule l'économie de ma collectivité

## 79 % d'accord ou tout à fait d'accord

Les résidents sont **majoritairement en accord** avec le fait que le PNMO stimule l'économie de leur collectivité.

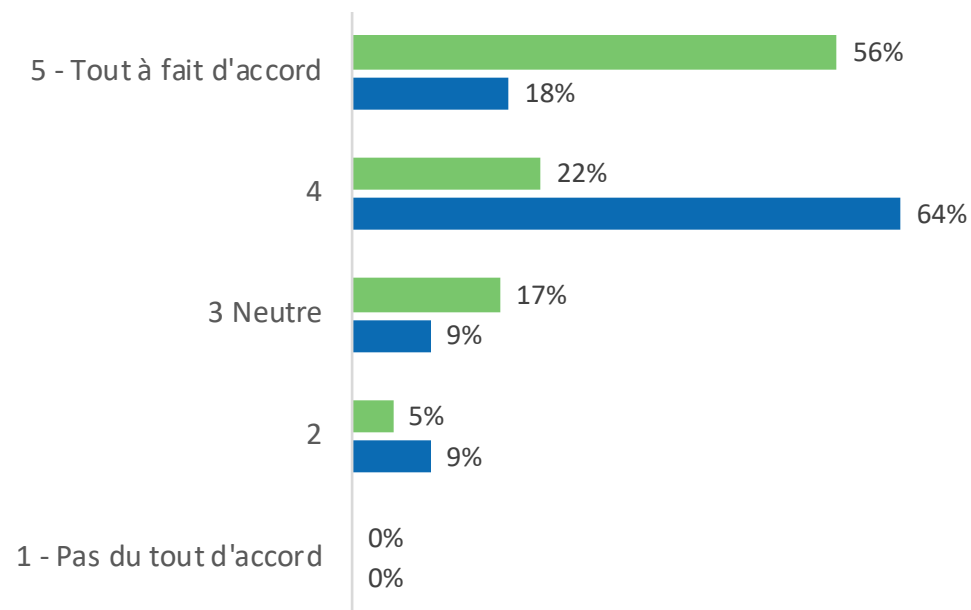
- Les répondants qui demeurent à **moins de 25 km** sont **plus nombreux que ceux qui demeurent entre 25-70 km à être tout à fait d'accord** (56 % versus 18 %).
- Les répondants issus du **panel Web** (population générale) sont plus nombreux à être en **désaccord** avec le fait que le PNMO stimule l'économie chez eux ( $p < 0,027$ ).

### PNMO vs le reste du réseau de la Sépaq

En comparant les réponses des résidents qui demeurent à moins de 70 km du PNMO avec les autres répondants du Québec, **ceux qui résident en périphérie du parc sont significativement plus nombreux à être en accord avec le fait que la présence d'un site du réseau de la Sépaq stimule l'économie de leur collectivité** ( $p < 0,040$ ).

## Le PNMO stimule l'économie de ma collectivité

- Demeure à 25 km et moins du PNMO
- Demeure entre 25 et 70 km autour du PNMO



n=75

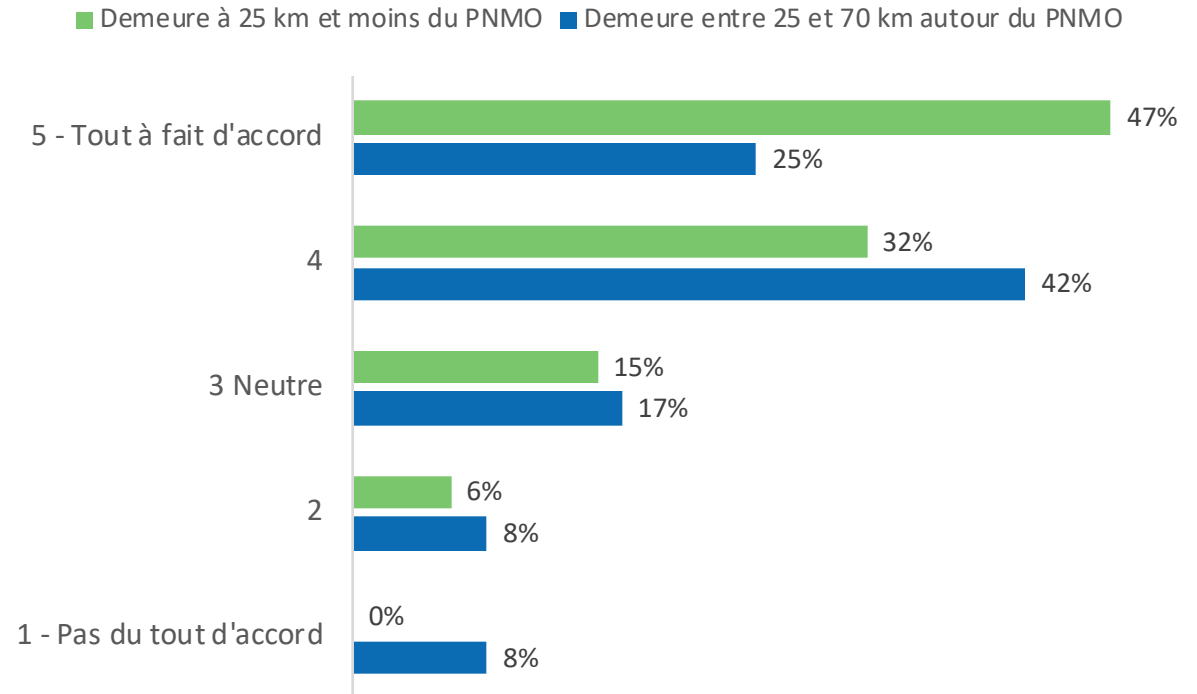
# Le PNMO crée de la vitalité et du dynamisme dans ma collectivité

**77 %** d'accord ou tout à fait d'accord

La perception des résidents est **assez positive en regard de l'influence du PNMO sur la vitalité et le dynamisme chez eux**. Même les résidents qui demeurent entre 25 et 70 km du parc sont majoritairement en accord avec le fait que le PNMO a un impact sur le dynamisme de leur collectivité (67 %). Ces répondants sont toutefois un peu plus nombreux à être en désaccord (16 %).

➤ Il n'y a aucune différence significative entre tous les sous-groupes.

## Le PNMO crée de la vitalité et du dynamisme dans ma collectivité



n=78

# Le PNMO crée un sentiment d'appartenance au sein de ma collectivité

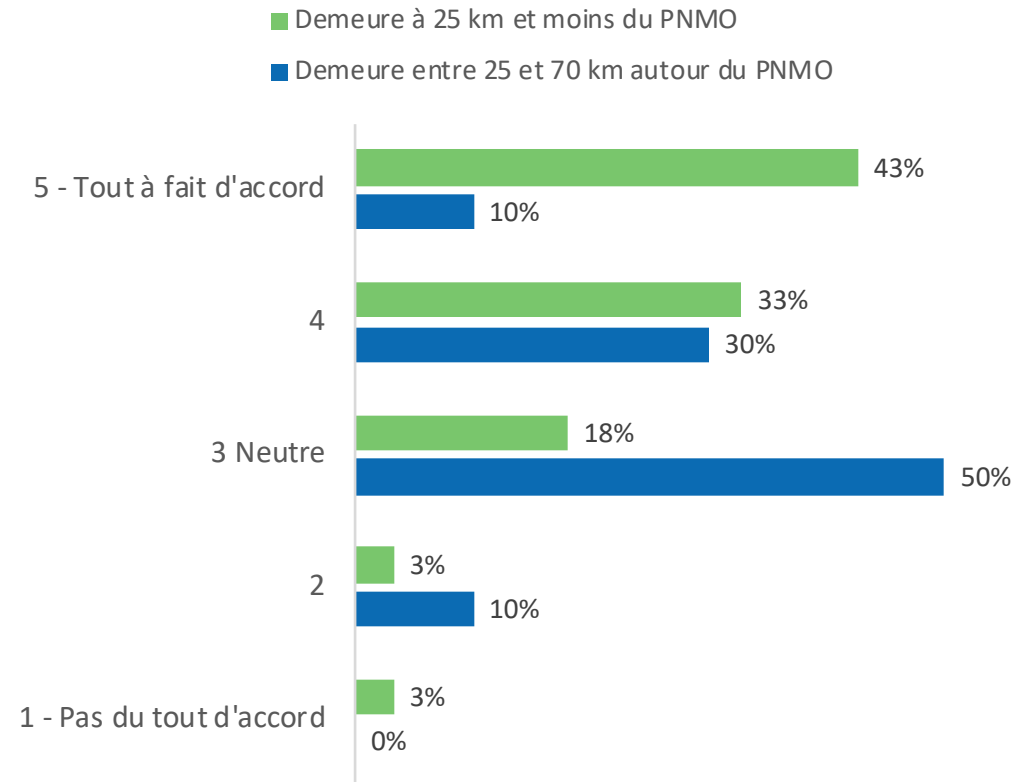
**70 %** d'accord ou tout à fait d'accord

Le PNMO semble surtout créer un sentiment d'appartenance pour les résidents à proximité (25 km et moins). Bien que la majorité des répondants soient favorables à l'énoncé, un plus grand écart se remarque ici entre les deux sous-groupes. Comme l'illustre le graphique ci-contre, 76 % des résidents à moins de 25 km du parc sont d'accord ou tout à fait d'accord avec le fait que le PNMO crée un sentiment d'appartenance dans leur communauté contre 40 % des résidents entre 25 et 70 km. Cette différence est significative ( $p < 0,023$ ).

Les plus éloignés demeurent plus neutres. Il s'agit de l'énoncé où les répondants sont le plus neutres dans la liste proposée. La moitié des répondants entre 25 et 70 km du parc demeurent neutre et cette proportion est significativement plus élevée ( $p < 0,025$ ).

- Il n'y a pas de différences significatives entre les répondants de la clientèle Sépaq et les répondants du panel Web.

## Le PNMO créer un sentiment d'appartenance au sein de ma collectivité



n=71

# Le PNMO participe à créer une conscience environnementale

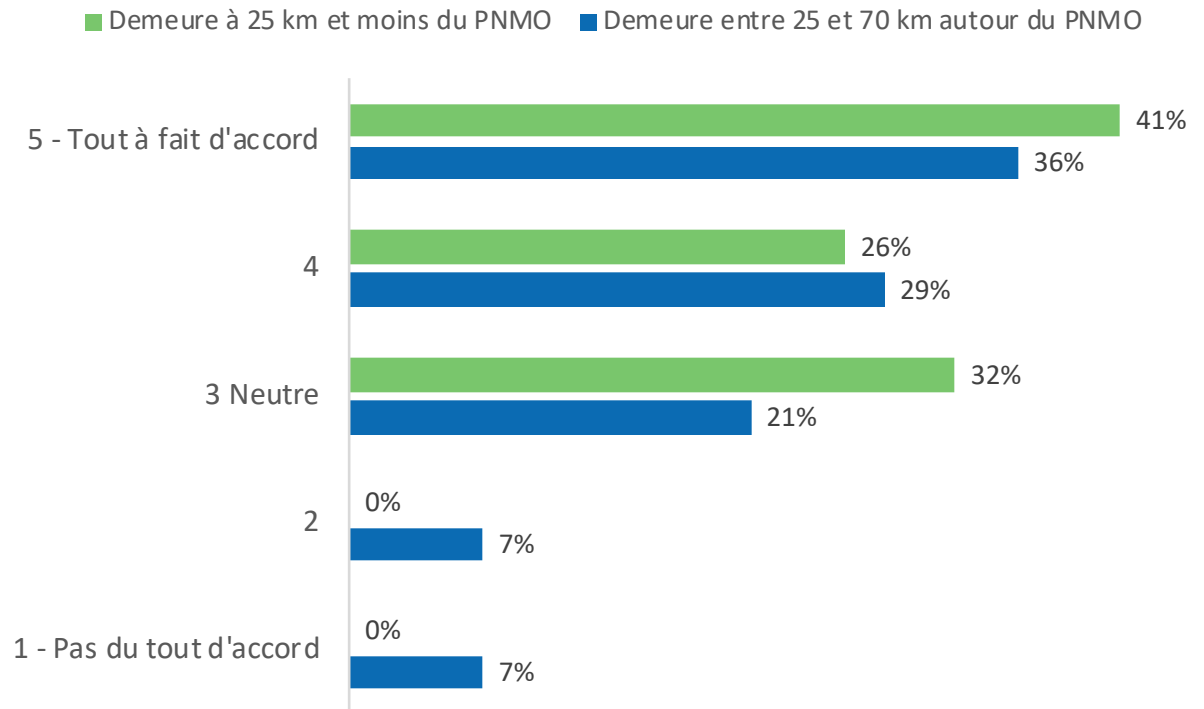
**67 %** d'accord ou tout à fait d'accord

Peu importe où les répondants demeurent, une majorité considère que le PNMO participe à créer une conscience environnementale. Quelque 67 % des résidents à moins de 25 km du parc sont en accord ainsi que 65 % des résidents entre 25 et 70 km.

Fait intéressant, un peu plus du tiers des résidents à moins de 25 km, habituellement plus enthousiaste envers le PNMO, ont préféré restés neutres.

Il n'y a pas de différences significatives entre les résidents et entre les répondants de la clientèle Sépaq et les répondants du panel Web.

## Le PNMO participe à créer une conscience environnementale



n=82

# Le PNMO influence à la hausse la valeur de ma propriété ou de ma location

**41 %** d'accord ou tout à fait d'accord

Sans surprise, ceux qui habitent plus loin perçoivent moins l'impact du parc sur la valeur de leur propriété. D'après 70 % des répondants qui demeurent entre 25 et 70 km du PNMO, il n'influence pas à la hausse la valeur des propriétés ou des locations à proximité.

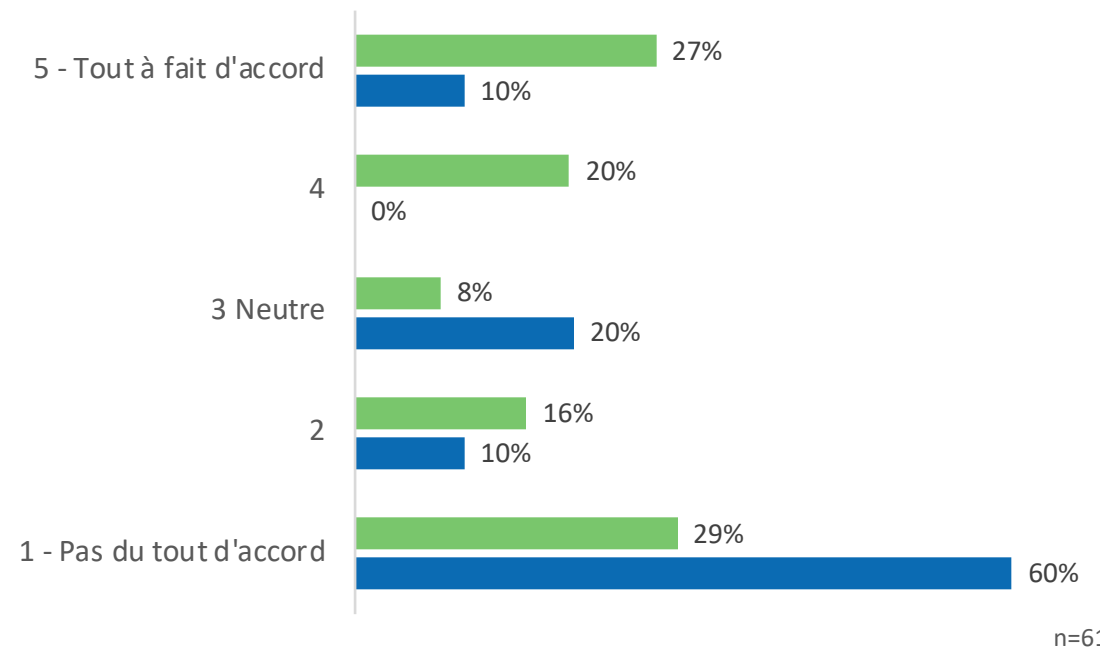
Pas d'unanimité du côté des répondants qui habitent près du parc. Du côté des résidents à moins de 25 km, l'opinion est davantage polarisée. Alors que 47 % des répondants de ce sous-groupe sont en accord, 45 % sont plutôt en désaccord avec l'énoncé.

- Les résidents qui demeurent à **moins de 25 km** du PNMO sont significativement plus nombreux à être **en accord** ( $p < 0,029$ ) que le groupe plus éloigné.

Il n'y a pas de différences significatives entre les répondants de la clientèle Sépaq et les répondants du panel Web.

## Le PNMO influence à la hausse la valeur de ma propriété ou de ma location

- Demeure à 25 km et moins du PNMO
- Demeure entre 25 et 70 km autour du PNMO



# Le PNMO entraîne une hausse du coût de la vie pour les résidents à proximité

**33 %** d'accord ou tout à fait d'accord

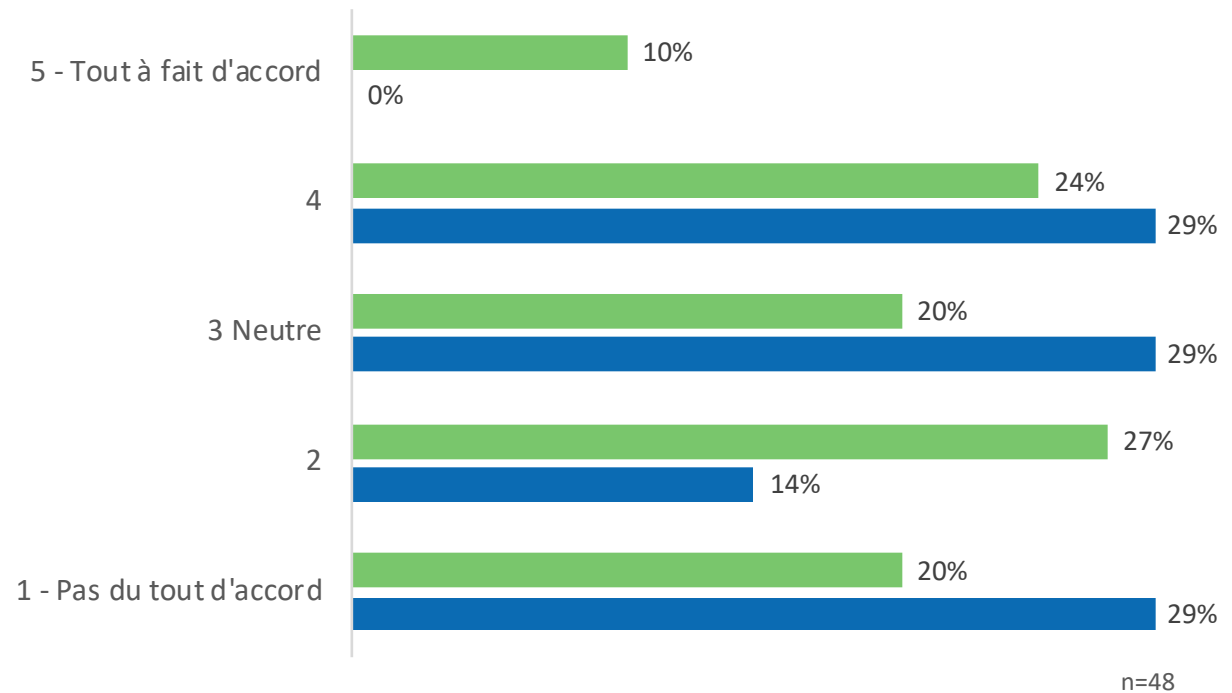
Les résidents qui demeurent plus près du PNMO croient davantage qu'il entraîne une hausse du coût de la vie. Plus du tiers des résidents à moins de 25 km sont en accord avec l'énoncé. Cela dit, près de la moitié (47 %) demeurent en désaccord.

Sans surprise, parmi les plus éloignés, 1 répondant sur 3 demeure neutre.

Il n'y a aucune différence significative entre les sous-groupes

## Le PNMO entraîne une hausse du coût de la vie pour les résidents à proximité

■ Demeure à 25 km et moins du PNMO ■ Demeure entre 25 et 70 km autour du PNMO



# Le PNMO constitue un frein à l'accessibilité aux espaces naturels en raison de ses tarifs d'entrée

**26 %** d'accord ou tout à fait d'accord

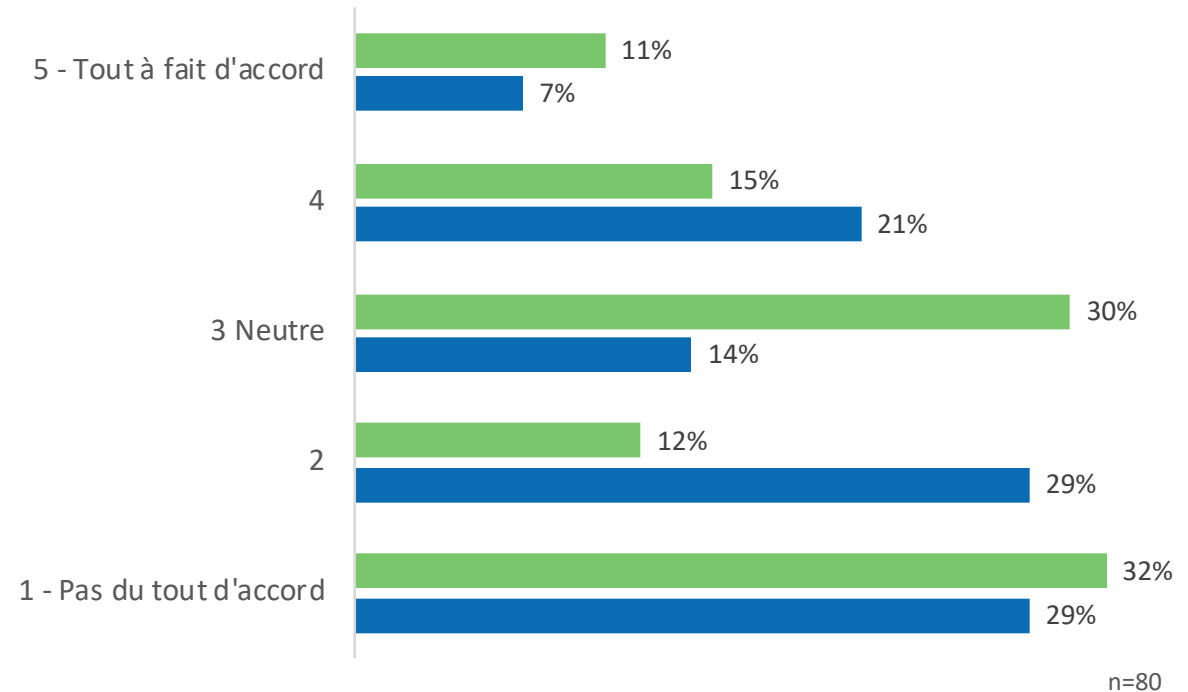
Peu importe l'endroit où les répondants habitent autour du parc, 1 personne sur 4 pense que les tarifs d'entrée représentent un frein d'accès à la nature.

Quelque 58 % des résidents entre 25 et 70 km sont en désaccord ainsi que 44 % des résidents à moins de 25 km du parc. Une plus grande proportion de ces derniers demeure neutre (30 %) comparativement aux résidents plus éloignés (14 %).

Il n'y a aucune différence significative entre les sous-groupes.

## Le PNMO constitue un frein à l'accessibilité aux espaces naturels en raison de ses tarifs d'entrée

■ Demeure à 25 km et moins du PNMO ■ Demeure entre 25 et 70 km autour du PNMO



# Le PNMO entraîne un achalandage excessif dans ma communauté

**23 %** d'accord ou tout à fait d'accord

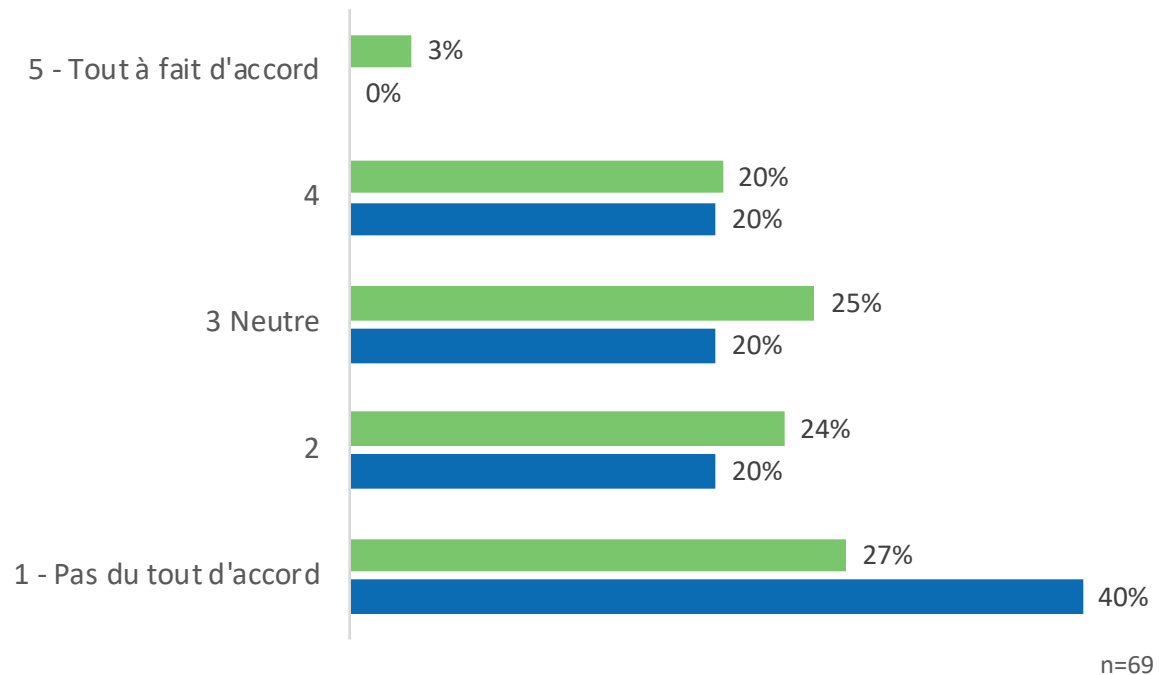
L'influence du PNMO sur l'achalandage tire les répondants à proximité. La moitié des répondants qui demeurent à moins de 25 km du parc demeurent en désaccord (51 %). Près du quart de ces résidents sont en accord (23 %) et un autre quart demeure neutre (25 %).

Du côté des résidents entre 25 et 70 km du parc, ces derniers tendent un peu plus vers le désaccord (60 %).

Il n'y a aucune différence significative entre les sous-groupes.

## Le PNMO entraîne un achalandage excessif dans ma communauté

■ Demeure à 25 km et moins du PNMO ■ Demeure entre 25 et 70 km autour du PNMO



# Quelle influence a eu la présence du site de la Sépaq sur votre choix de résidence ?

Les résidents qui demeurent tout près du PNMO (25 km et moins) sont plus nombreux à indiquer que le parc a eu une influence positive sur leur choix de lieu de résidence.

- 40 % des répondants qui ont indiqué que le PNMO avait une influence sur leur communauté affirmaient que le parc a eu une influence positive sur leur choix de lieu de résidence.
  - La proportion grimpe à 46 % pour les résidents à moins de 25 km du site qui font référence au PNMO. Il y a d'ailleurs une différence significative entre ces répondants, qui considèrent davantage que le PNMO a eu une influence positive ( $p < 0,006$ ). Les répondants qui demeurent entre 25 et 70 km du parc pensent en plus grande proportion que le PNMO n'a eu aucune influence sur ce choix ( $p < 0,026$ ).



## SECTION II

---

# APPROPRIATION ET MOBILISATION

# Les parcs nationaux liés à l'appropriation et la mobilisation

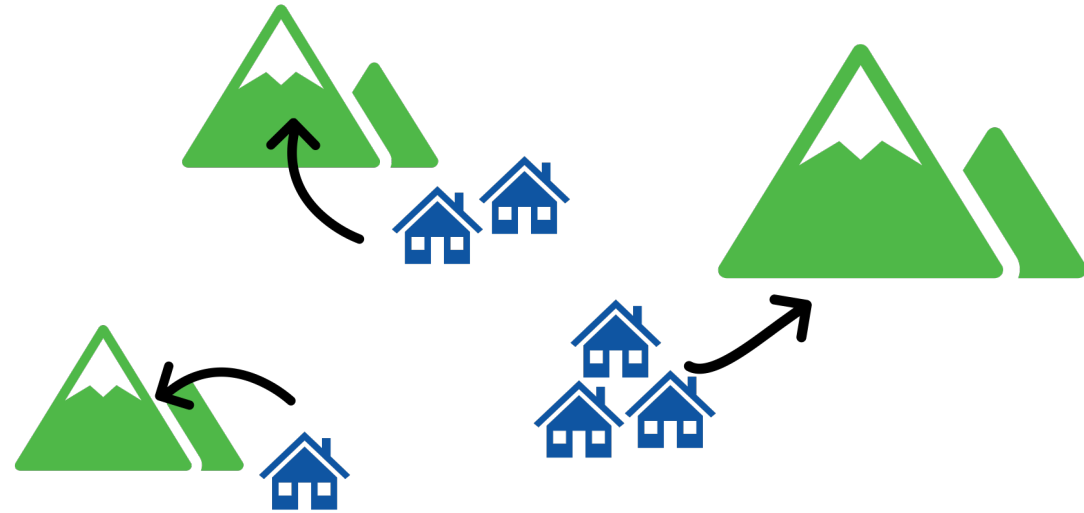
- Il a été démontré dans la littérature que les parcs nationaux peuvent avoir un impact sur le sentiment d'appartenance, l'appropriation et la mobilisation des citoyens.
- Ils peuvent encourager le sentiment de faire partie d'une communauté et contribuer à l'imaginaire collectif culturel en représentant un emblème patrimonial. Dans certains cas, ils permettent aussi aux citoyens de se rassembler autour de projets collectifs ou simplement pour pratiquer des activités de loisir, agissant ainsi comme une colle sociale.
- La Chaire de tourisme Transat a exploré ces éléments en lien avec les sites du réseau de la Sépaq. Dans le rapport présent, cette exploration se base sur l'opinion des résidents en périphérie du parc quant au réseau de la Sépaq. Les éléments de réponse ne concernent pas toujours le PNMO comme tel, mais ils peuvent indiquer la perception générale des parcs nationaux parmi les visiteurs et non visiteurs du PNMO qui vivent autour du parc.

# Fréquence de visite selon la proximité

- **Les résidents qui demeurent plus près du PNMO sont plus nombreux à le visiter.** Parmi ceux qui habitent à moins de 70 km du PNMO, 51 % ont visité le parc dans les deux dernières années (2017-2019) (n=151).
  - 70 % sont des résidents à moins de 25 km (n=101)
  - 30 % sont des résidents de 25 à 70 km (n=50)
- **Et ils le visitent plus souvent.** Parmi les résidents qui affirment avoir visité le PNMO (n=151), les répondants qui demeurent à moins de 25 km du PNMO sont plus nombreux à visiter le PNMO **plus de douze fois par année (55 %)**. Les résidents entre 25 et 70 km du parc sont, de leur côté, légèrement plus nombreux à visiter le parc moins de trois fois par an.

Les résidents qui vivent entre 25 et 70 km près du PNMO visitent aussi :

- Parc national de la Yamaska (20 %)
- Parc national Frontenac (6 %)
- Parc national Mégantic (5 %)



À quelle fréquence visitez-vous ce site [PNMO] annuellement ?	Résidents à moins de 25 km	Résidents entre 25 et 70 km
Combiné : au moins une fois par année	100 %	86 %
Plus de 12 fois par année	<b>55 %</b>	23 %
De 4 à 12 fois par année	30 %	27 %
Moins de trois fois par année	14 %	<b>36 %</b>
Jamais	0 %	14 %

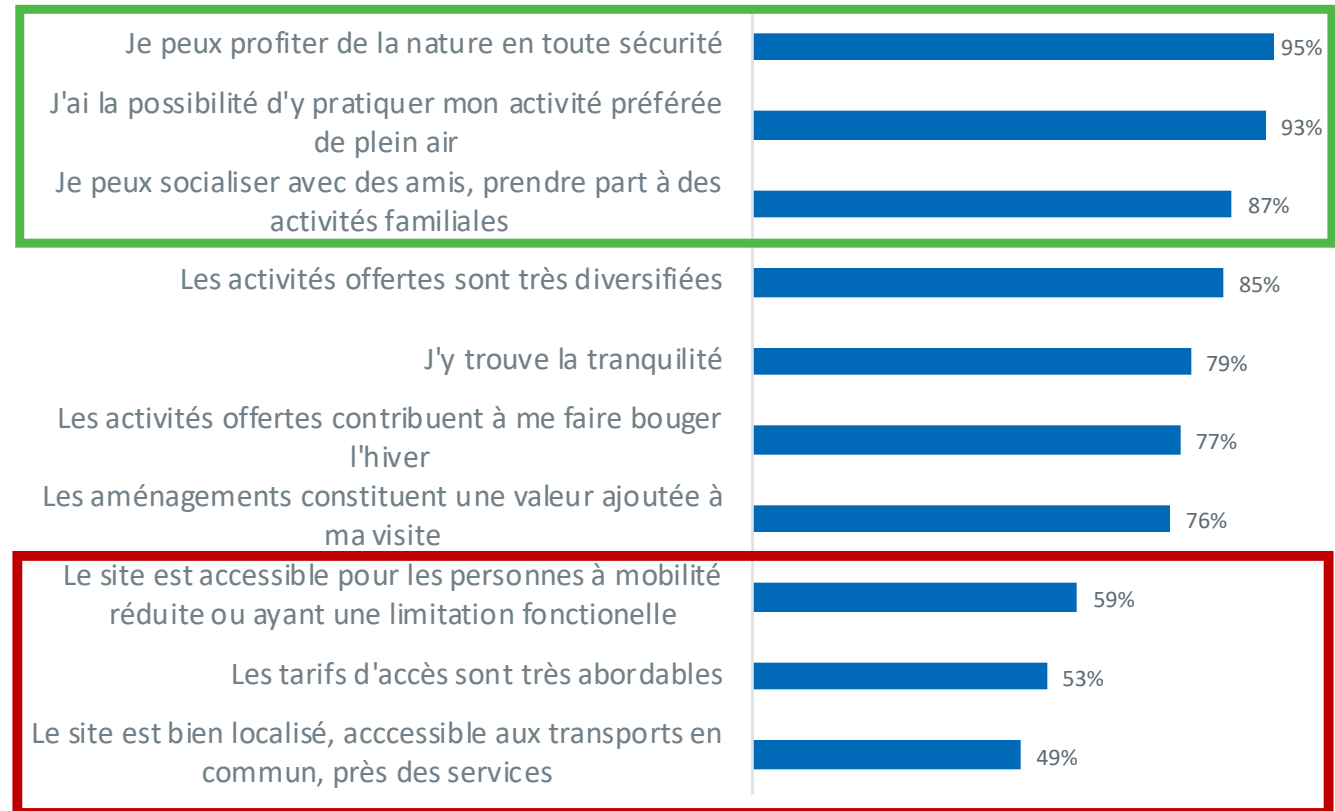
# Opinions du PNMO chez les résidents visiteurs

Parmi les résidents à proximité qui ont visité le PNMO (n=151), **une grande majorité demeure en accord avec la plupart des bénéfices qu'il peut apporter au point de vue individuel.**

**Quelque 95 % estime qu'il leur permet de profiter de la nature en toute sécurité, 93 % affirment qu'il leur donne l'occasion de pratiquer leur activité préférée de plein air et 87 % qu'il offre un espace pour socialiser avec des amis et prendre part à des activités familiales.**

**Les répondants sont toutefois un peu moins en accord avec quelques notions pratiques** comme la localisation du parc (49 %), le fait que les tarifs sont abordables (53 %) et l'accessibilité pour personnes à mobilité réduite (59 %).

## Dans quelle mesure êtes-vous d'accord avec chacun des énoncés suivants concernant le PNMO ? (D'accord et tout à fait d'accord)



n=142 à 150

# Quelles sont les trois principales raisons pour lesquelles vous fréquentez le PNMO ?

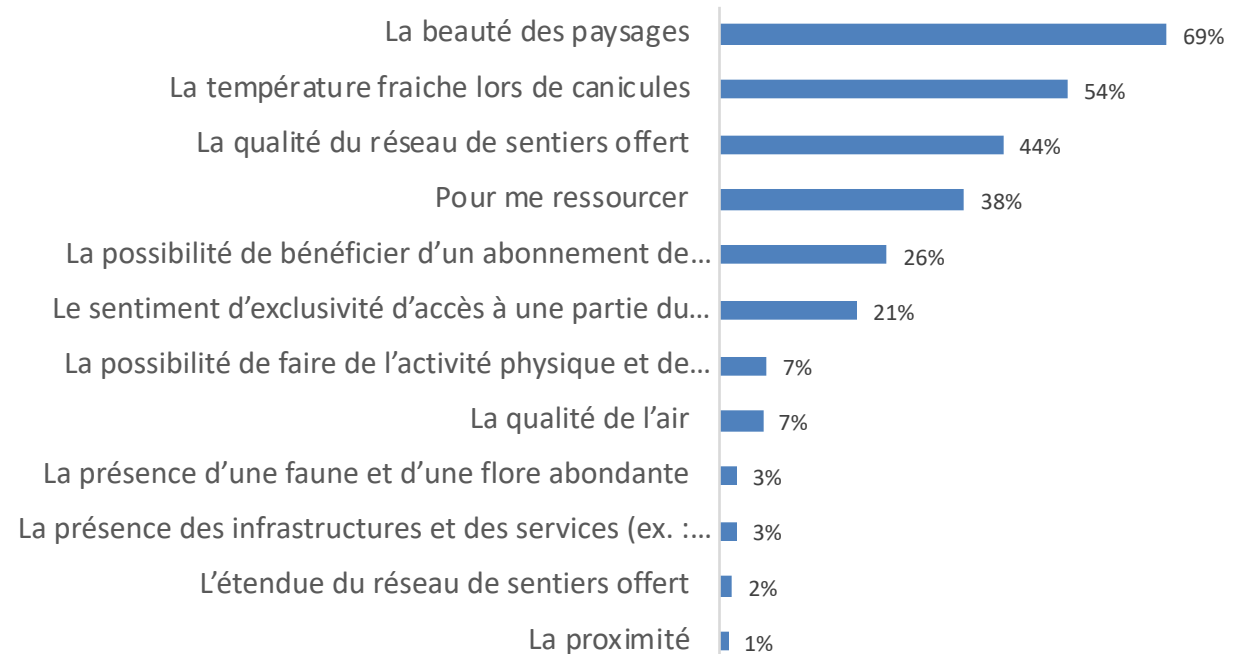
Les résidents autour du PNMO qui visitent le parc semblent le **fréquenter pour la qualité de l'environnement qui les entoure**.

Quelque 69 % des répondants ont indiqué que la beauté des paysages faisait partie des trois raisons pour lesquelles ils visitaient le PNMO, suivi de la température fraîche (54 %) et la qualité du réseau de sentiers offerts (44 %).

## Loin des yeux, près du cœur

Les répondants qui ont visité le PNMO et qui demeurent entre **25 et 70 km autour du parc considèrent davantage qu'il leur donne un accès exclusif au territoire** que ceux qui résident à moins de 25 km ( $p < 0,000$ ).

## Quelles sont les trois principales raisons pour lesquelles vous fréquentez le PNMO ? (Fait partie des trois raisons sélectionnées)



n=151

# Opinions du PNMO chez les résidents visiteurs – différentes opinions

En comparant les réponses des résidents visiteurs issus de la clientèle Sépaq avec ceux de la population générale (panel Web), qui comporte un peu moins d'initiés au plein air, quelques différences significatives ressortent :



- Les répondants du **panel Web** sont plus nombreux à être en **désaccord** avec le fait que le PNMO offre des activités qui contribuent à faire bouger l'hiver ( $p < 0,000$ )



- Ils sont également plus nombreux à être en **désaccord** avec le fait que le PNMO permet de pratiquer son activité préférée de plein air ( $p < 0,000$ )



- Ces répondants sont aussi significativement plus nombreux à être **neutres** par rapport au fait que les activités offertes sont diversifiées ( $p < 0,18$ )

# Facteurs d'appropriation chez les résidents



**95 %** indiquent que les sites offrent des paysages exceptionnels



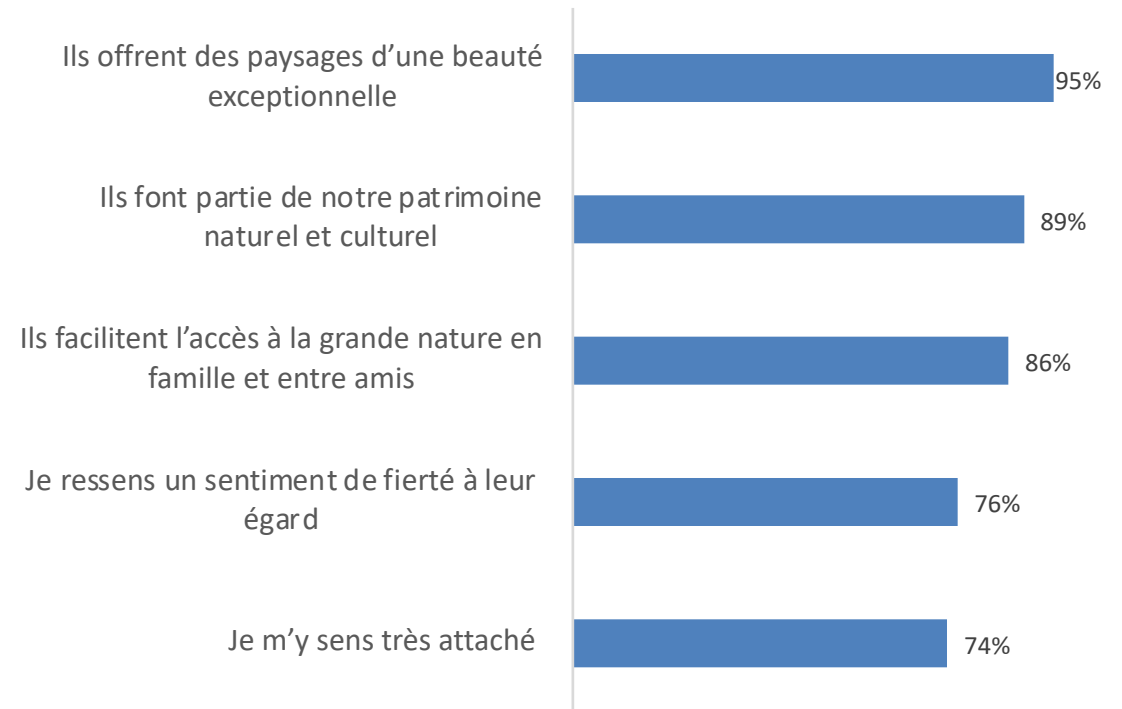
**89 %** indiquent qu'ils font partie de notre patrimoine naturel et culturel

Les répondants qui demeurent à moins de 70 km du PNMO se sont prononcés sur leur sentiment à l'égard du réseau de la Sépaq.

**Les facteurs liés à l'appropriation** comme la beauté exceptionnelle des paysages et le sentiment que les sites font partie du patrimoine naturel et culturel ressortent de façon importante.

**Les choix relatifs au sentiment d'appartenance arrivent en seconde position mais scorent fortement** (fierté [76 %] et attachement [74 %]).

Quel est votre degré d'accord avec chacun des énoncés suivants à l'égard des sites du réseau de la Sépaq ? (4 d'accord et 5 tout à fait d'accord)



n=344 à 354

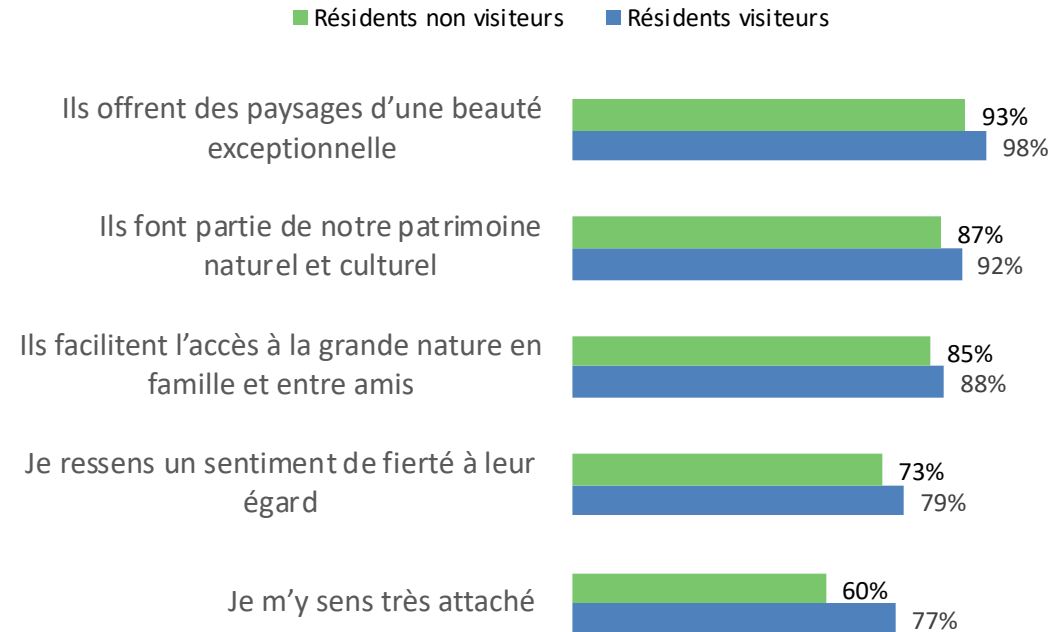
# Appropriation, appartenance et mobilisation : différentes opinions



Le graphique ci-contre démontre que **les résidents qui visitent le PNMO sont généralement plus en accord avec les énoncés**, notamment en ce qui concerne l'attachement.

Fait intéressant, même les résidents qui ne visitent pas le PNMO considèrent en majorité (85 %) que les sites de la Sépaq facilitent l'accès à la grande nature en famille et entre amis.

Quel est votre degré d'accord avec chacun des énoncés suivants à l'égard des sites du réseau de la Sépaq ? (4 d'accord et 5 tout à fait d'accord)



n=344 à 354

## SECTION III

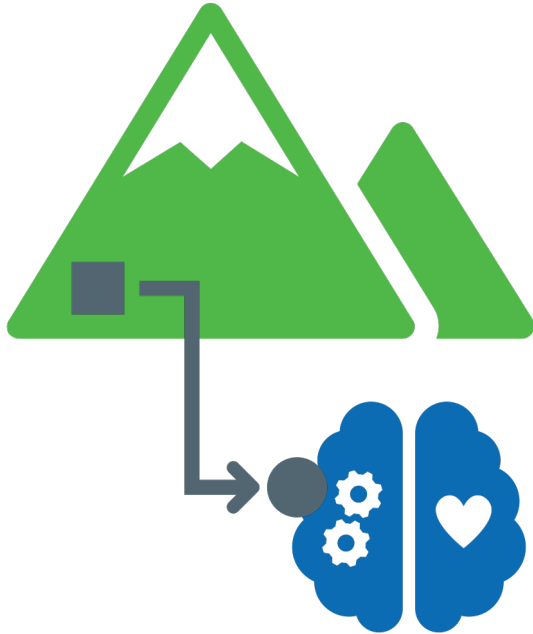
---

# SANTÉ ET ÉDUCATION

# Les parcs nationaux et la santé publique

- Beaucoup de recherches démontrent que la nature apporte des bienfaits sur la santé humaine. Une étude conduite par le chercheur britannique Matthew White en 2020 a démontré que quelques 120 minutes par semaine d'activités physiques en plein air suffisent pour ressentir des bénéfices psychologiques et physiques. Un sentiment de bien-être global, une baisse du niveau de stress, une meilleure qualité de sommeil représentent des exemples de bienfaits psychologiques bien connus de la communauté scientifique. Du côté des impacts physiologiques, entre 2017 et 2020, d'autres chercheurs recensés par le Global Wellness Institute aux États-Unis ont observé une baisse de pression artérielle, une réduction de la sécrétion de cortisol dans leur salive, et dans certains cas une réduction de l'inflammation suite à la visite d'un espace naturel.
- Inspirés de ces recherches démontrant les vertus de la nature, quelques études récentes, notamment en Australie et aux États-Unis, démontrent l'importance sociale et économique des parcs nationaux pour la santé publique (voir la bibliographie à la fin du document).
- La Chaire de tourisme Transat a tenté d'explorer les bénéfices des sites du réseau de la Sépaq sur la santé des Québécois. Le sondage permettait d'identifier les bienfaits autodéclarés à la suite de la visite d'un parc dans les 2 dernières années.
- Les répondants ont donc exprimé ce qu'ils se souviennent avoir ressenti à la suite d'une visite (ou d'un séjour) dans un site de la Sépaq. **Ils ne se réfèrent donc pas systématiquement au PNMO.** Mais dans la base de résidents qui visitent fréquemment le PNMO, il est possible de supposer qu'il pourrait s'agir de ce site. Cette affirmation demeure toutefois hypothétique.

# Retombées sur la santé psychologique



Dans le sondage auprès de l'échantillon national (n=4263), les analyses statistiques démontrent des différences significatives entre les répondants qui visitent la Sépaq moins de trois fois par année et ceux fréquentant un ou plusieurs sites plus de 3 fois par année. Ces derniers :

- Se sentent plus **calmes et apaisés**;
- **Dorment** mieux;
- Se sentent plus **heureux et positifs**;
- Ressentent qu'ils ont une **meilleure concentration**;
- Sentent davantage qu'ils ont **connecté avec la nature**.

# Retombées sur la santé psychologique

Afin d'évaluer l'impact des sites de la Sépaq sur la santé psychologique, les répondants ayant visité un territoire du réseau devaient évaluer sur une échelle de 1 (pas du tout d'accord) à 5 (tout à fait d'accord) les effets ressentis suite à leur visite.

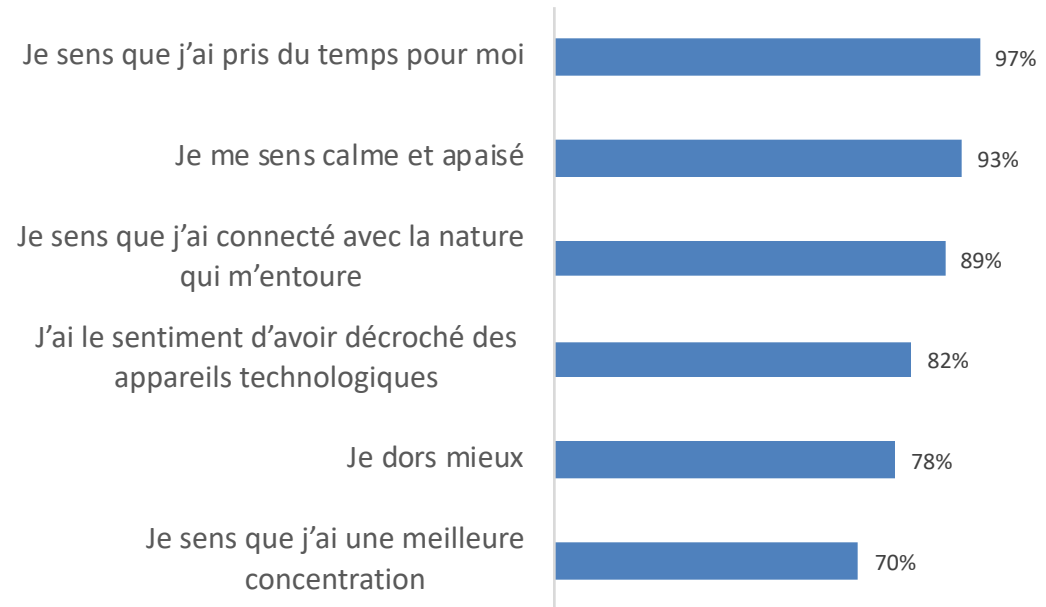
En regard des résultats illustrés dans le graphique, **les effets les plus ressentis après la visite d'un site de la Sépaq par les résidents ayant visité le PNMO sont plus « spirituels »** par rapport aux autres choix.

## Plus près, plus heureux après une visite

Parmi les résidents qui considèrent que le parc a une influence sur leur communauté (n=83), ceux demeurant à moins de **25 km sont plus enclins à être en accord avec les effets de cette liste** que les répondants qui demeurent entre 25 et 70 km, notamment aux affirmations :

- « je dors mieux » ( $p < 0,002$ ),
- « je me sens heureux et positif » ( $p < 0,037$ ),
- « je me sens calme et apaisé » ( $p < 0,008$ ),
- « je sens que j'ai pris du temps pour moi » ( $p < 0,000$ ).

## Après avoir fréquenté des sites du réseau de la Sépaq, quels effets ressentez-vous sur votre santé psychologique ? (D'accord ou tout à fait d'accord)



n=139 à 151

# Retombée sur la santé physique



## 79 %

des répondants qui demeurent à proximité du parc considèrent que la présence d'un site du réseau de la Sépaq a un effet positif sur leur pratique d'activités de plein air (n=287).

Parmi les visiteurs (n=151), ce pourcentage grimpe à 93 %. **C'est donc la quasi-totalité des visiteurs demeurant à proximité du PNMO qui déclare que le réseau de la Sépaq a un effet positif sur leur pratique.**

### Clientèle Sépaq vs Panel Web

Il faut noter toutefois que la proportion provenant du panel Web (population générale) qui déclare que le site n'a aucun effet sur leur pratique (n=50) est significativement plus importante ( $p < 0,001$ ) que la proportion provenant de la clientèle de la Sépaq (n=25).

# Conclusion — constats sur les retombées sociales du PNMO

- **En plus de le visiter, habiter près du PNMO semble faire partie des facteurs qui contribuent à une perception positive du parc.** L'ensemble des résultats des trois sections démontre que les répondants qui résident plus près reconnaissent davantage les bienfaits du PNMO que ceux qui demeurent plus loin (25 à 70 km).
- **Visiter le parc est important sur la perception de son influence.** Les résidents qui visitent le parc sont significativement plus enclins à déclarer que le PNMO a une influence sur leur communauté ( $p < 0,000$ ) que ceux qui ne le visitent pas.
- **La quasi-totalité des visiteurs qui résident à moins de 70 km du PNMO déclare que le réseau de la Sépaq a un effet positif sur leur pratique d'activité de plein air.** Les répondants qui demeurent à moins de 25 km sont plus nombreux à le visiter plus de douze fois par année que ceux qui demeurent plus loin.
- **Le fait qu'il accroît l'accès à la grande nature demeure le plus grand bénéfice du PNMO aux yeux des résidents.**
- **Le PNMO stimule l'économie locale et crée du dynamisme dans les collectivités avoisinantes, d'après les répondants.** Parmi les exemples d'influence du PNMO, les répondants reconnaissent en quasi-totalité ces retombées du parc sur leur communauté.
- **Les motivations relatives au bien-être dépassent les raisons pratiques pour visiter le parc.** La beauté des paysages est la caractéristique des sites de la Sépaq qui motive le plus les résidents à proximité du PNMO à visiter le parc, suivi de la fraîcheur en temps de canicule. La présence d'infrastructures, l'étendue du réseau de sentiers et la proximité font partie des raisons qui motivent le moins les résidents à fréquenter le PNMO.
- **Il permet surtout de profiter de la nature en sécurité, de socialiser avec ses proches et de pratiquer son activité de plein air préférée, d'après les résidents qui ont visité le PNMO.**

# Bibliographie

- Blanc, G. (2014) « [Les territoires des parcs nationaux \(Canada, Éthiopie, France\) : Logiques identitaires, patrimoniales et nationales](#) »
- Bolitzer, B. Et N.R. Netusil (2000) « [The impact of open spaces on property values in Portland, Oregon](#) ».
- Buckley et al. (2019) « [Economic value of protected areas via visitor mental health](#) »
- Bunch, J. (2020) « [U.S. Senate passes Cory Gardner’s Great Outdoors Act](#) »
- Fortin, M.-J. et Gagnon, C. (1999) « [Assessment of social impacts of national parks on communities in Quebec, Canada](#) »
- Gascon, M. Et al. (2016) « [Residential green spaces and mortality: a systematic review](#) »
- Gidlow, C. J. Et al. (2016) « [Where to put your best foot forward: Psycho-physiological responses to walking in natural and urban environments](#) »
- Geng, L et al. (2015) « [Connections with nature and environmental behaviors](#) »
- Global Wellness Institute. (2020) « [Exercise : Research Spotlight](#) »
- Kil, N., S. M. Holland, T. V. Stein et al. (2012) « [Place Attachment as a Mediator of the Relationship between Nature-based Recreation Benefits and Future Visit Intentions](#) »,
- White et al. (2019) « [Spending at least 120 minutes a week in nature is associated with good health and wellbeing](#) »
- Wolf, I. D. Et al. (2015) « [Outcome-focused national park experience management: transforming participants, promoting social well-being, and fostering place attachment](#) »

# Annexe I

## Méthodologie — échantillonnage

### Échantillonnage de l'étude



- Cette étude utilisait **un échantillon non probabiliste de convenance** obtenu grâce à deux bases de données distinctes : la clientèle de la Sépaq, provenant d'une des bases de la Société, et la population générale, issue d'un panel Web. Seuls les répondants ayant rempli le sondage en entier ont été conservés.
- Une invitation à compléter le sondage a été envoyée à environ 300 000 clients de la Sépaq dans une infolettre\*. Au total, 3061 répondants de la clientèle Sépaq se sont qualifiés et ont rempli le sondage. D'autre part, le questionnaire a été soumis à un échantillon représentatif de la population générale par le biais du panel Web de la firme MBA Recherche. Un total de 1 202 répondants ont rempli le sondage, dont 380 visiteurs de la Sépaq et 822 non-visiteurs. L'échantillon total compte ainsi 4 263 répondants.

### Échantillonnage pour le PNMO



- **365 répondants** vivant à moins de 70 km (à vol d'oiseau) du PNMO.

*\*Lors de la collecte de données, les internautes étaient invités à remplir le sondage pour participer à un concours leur donnant la chance de gagner 500 \$ à échanger à la Sépaq. Cette initiative aidait à « neutraliser » la collecte.*

# Annexe I

## Méthodologie — analyses statistiques

### Tests statistiques et différences significatives



- Des analyses ont été effectuées afin de comparer les répondants des deux sources de données : la base de données de la Sépaq (Bd Sépaq) et le panel Web. Elles ont révélé, sans surprise, des différences significatives entre les deux sous-échantillons : les répondants de la clientèle Sépaq sont plus jeunes, plus scolarisés et ont un revenu plus élevé.
- Bien que plusieurs tableaux de fréquence soient utilisés pour illustrer les données, les tableaux croisés (Khi-2) et comparaisons de moyennes (t-test) sont les tests statistiques qui ont été majoritairement employés. Ils permettent de déterminer si des différences significatives existent entre des profils de répondants, par exemple entre ceux qui habitent à proximité d'un site du réseau de la Sépaq versus ceux qui en sont plus éloignés.
- Des analyses géomatiques ont été conduites à partir de codes postaux collectés dans le sondage. Le système d'information géographique (SIG), comprenant plusieurs outils tels que Postgres SQL, PostGIS et QGIS, a servi aux analyses spatiales.
  - Comme les municipalités limitrophes et voisines au PNMO sont de densité différente (Orford, Magog, Sherbrooke, etc.), une distance de 70 km à vol d'oiseau a été déterminée pour sélectionner les résidents en périphérie du parc. Cette méthode maximise le nombre de répondants et aide à démontrer l'étendue géographique des impacts que peut avoir le parc sur la population.

# Annexe II

## Précisions sur les échantillons — Proximité

**Proximité :**  
172 répondants  
demeurent à moins de  
25 km du PNMO et  
193 demeurent entre  
25 et 70 km en  
périphérie du PNMO

Le profil des répondants de ces deux sous-groupes est semblable en ce qui concerne le sexe, l'âge, le revenu, la situation d'emploi et matrimoniale. La seule différence réside dans le niveau de scolarité, la fréquence de sorties de plein air. Les nombres indiqués **en vert** dans le tableau ci-dessous signifient que la différence entre les deux groupes pour cet énoncé est significative.

Distance du PNMO	Dernier diplôme obtenu			Fréquence de sortie de plein air		Fréquence de visite d'un site de la Sépaq	
	Secondaire ou professionnel	Collégial/ École technique	Universitaire	Plus de 3 fois par année	Moins de 3 fois par année	Plus de 3 fois par année	Moins de 3 fois par année
Moins de 25 km	16 %	24 %	<b>60 %</b>	<b>84 %</b>	16 %	<b>60 %</b>	23 %
25 à 70 km	<b>40 %</b>	30 %	28 %	72 %	<b>28 %</b>	45 %	<b>35 %</b>

**Activités à la Sépaq  
davantage associées aux  
sous-groupes**

**Habite à moins de 25 km**  
Ski de fond, raquette



# Annexe II

## Précisions sur les échantillons — Visiteurs

**Visiteurs :**  
151 répondants  
ont visité le PNMO  
et 214 répondants  
n'ont pas visité le  
PNMO

Parmi les répondants qui demeurent à moins de 70 km du PNMO (n=365), 41 % ont indiqué que parmi tous les sites de la Sépaq, ils ont surtout visité le PNMO entre 2017 et 2019 et 59 % ont indiqué qu'ils ne l'ont pas visité durant cette période. La totalité des répondants de ce sous-échantillon fait des activités de plein air, mais 31 % des non-visiteurs du PNMO ne les pratiquent pas à la Sépaq.

Les nombres indiqués en vert dans le tableau ci-dessous signifient que la différence entre les deux groupes pour cet énoncé est significative.

	Groupe d'âge			Genre		Dernier diplôme obtenu			Fréquence de sortie de plein air	
	18-34 ans	35-54 ans	55 ans +	Homme	Femme	Secondaire ou professionnel	Collégial/École technique	Universitaire	Plus de 3 fois par année	Moins de 3 fois par année
Habite à proximité (– de 70 km)										
Fréquente PNMO	23 %	46 %	32 %	40 %	60 %	13 %	23 %	63 %	93 %	7 %
Ne fréquente pas PNMO	15 %	35 %	50 %	52 %	48 %	29 %	30 %	40 %	67 %	33 %

### Activités à la Sépaq davantage associées aux sous-groupes

#### Ne fréquente pas le PNMO

Chasse, pêche



#### Fréquente le PNMO

Randonnée, raquette, ski de fond, baignade

