

COLLECTIF VITAL

RAPPORT D'ACTIVÉS

2025–2026



VEILLER
INFLUENCER
TRANSMETTRE
AGIR
LÉGIFÉRER

**POUR UN
QUÉBEC SAIN**

TABLE DES MATIÈRES

À PROPOS DU COLLECTIF VITAL	3	
NOTRE ÉQUIPE	5	
NOS RETOMBÉES EN CHIFFRES	6	
TRANSFERT DE CONNAISSANCES	7	ACTIVITÉS DE COMMUNICATION 13
		MOBILISATIONS ET PARTENARIATS 15
		FORMATION DE LA RELÈVE 17
		BILAN FINANCIER 18

A photograph of a woman and a young girl at a market stall. The woman, with dark skin and curly hair, is wearing a red jacket and a blue headband. She is smiling and looking down at the girl. The girl, also with dark skin, is wearing a denim jacket and is looking at something in her hands. They are surrounded by various fresh produce, including oranges, lemons, and leafy greens. The background shows more market stalls and hanging baskets of fruit.

À PROPOS DU COLLECTIF VITAL

NOTRE MISSION

Au cœur de la mission du Collectif Vital, il y a la volonté de permettre à la population québécoise d'adopter de saines habitudes de vie au quotidien. Nous misons sur la mise en place de milieux de vie sains et inclusifs, en intervenant collectivement auprès des décideurs. Depuis sa création en 2006, le Collectif Vital est devenu une voix bien établie et appuyée par de nombreux partenaires.

Le Collectif Vital est une initiative de l'[Association pour la santé publique du Québec](#) (ASPQ), qui regroupe partenaires citoyens et organisationnels pour faire de la santé durable, par la prévention, une priorité.

NOS OBJECTIFS

Nous visons à réduire la consommation de boissons sucrées, mieux encadrer le marketing alimentaire, soutenir l'adoption de politiques alimentaires, faciliter l'acquisition d'un mode de vie physiquement actif et prévenir et réduire la grossophobie dans les milieux de vie.

NOS THÉMATIQUES

Alimentation

La saine alimentation est un levier essentiel pour favoriser la santé. Les aliments et boissons ultra-transformés, y compris les boissons sucrées, occupent une place disproportionnée dans notre assiette et bénéficient d'un marketing intensif. Au Québec, près de la moitié des calories consommées proviennent de ces produits. En parallèle, les options saines ne sont pas toujours facilement accessibles.

Le passage d'une alimentation peu ou pas transformée à une alimentation ultra-transformée n'est pas sans conséquence : il est associé à un risque accru de plusieurs maladies chroniques, qui sont en hausse au Québec.

Activité physique

L'activité physique protège contre diverses maladies chroniques, améliore la qualité de vie et le bien-être, favorise une bonne santé mentale et aide à la cohésion et l'intégration sociale. À l'inverse, la sédentarité représente l'un des principaux facteurs de risque de mortalité. Au Québec, la baisse du niveau d'activité physique et l'augmentation des comportements sédentaires sont préoccupants.

Les écrans font désormais partie intégrante de notre quotidien. En plus de contribuer à la sédentarité, leur usage excessif peut entraîner des problèmes de santé mentale, des troubles du sommeil, des problèmes oculaires, musculosquelettiques et cognitifs ainsi que des maladies chroniques.

Enjeux liés au poids

Le poids occupe une place importante dans les discussions sur la santé et le bien-être. À l'échelle populationnelle, l'obésité est un enjeu de santé publique complexe, pour lequel il faut considérer les dimensions biologiques, sociales, psychologiques et environnementale.

Pour sa part, la grossophobie, c'est-à-dire l'ensemble des préjugés, fausses croyances et comportements dévalorisants à propos du poids, peut entraîner une mauvaise image corporelle, un risque accru de troubles de l'alimentation ainsi que de la détresse psychologique. Elle est notamment présente dans le milieu médical et en milieu scolaire.

NOTRE ÉQUIPE

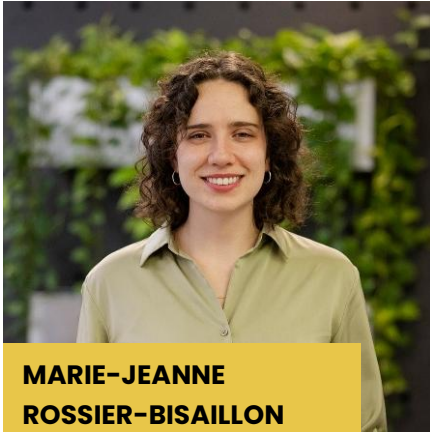
En mobilisant ses partenaires autour des actions prioritaires de sa [plateforme d'adhésion](#), le Collectif Vital stimule **la collaboration et l'engagement pour un Québec sain**.

L'équipe du Collectif Vital se démarque par son leadership rassembleur, son agilité, son expertise et sa rigueur.

Plus de

750

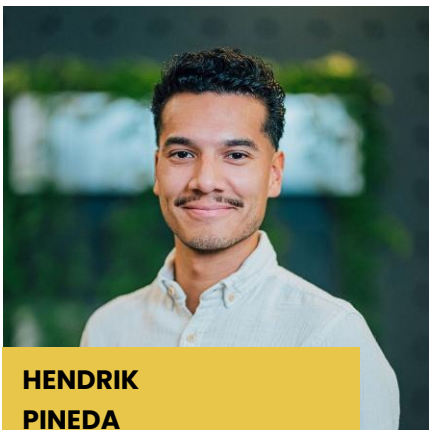
partenaires individuels et organisationnels issus, entre autres, des domaines de la santé, de l'éducation, des sciences sociales, de la recherche et du municipal.



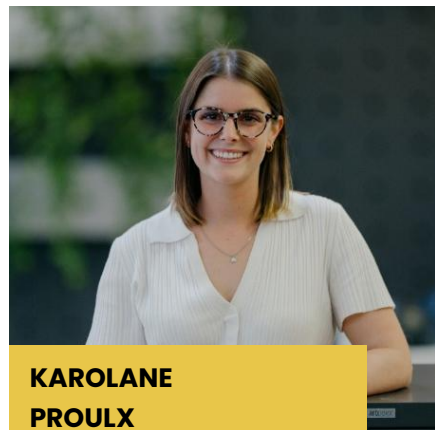
**MARIE-JEANNE
ROSSIER-BISAILLON**
Directrice



**GÉNA
CASU**
Chargée de dossiers



**HENDRIK
PINEDA**
Chargé de dossiers



**KAROLANE
PROULX**
Chargée de dossiers

NOS RETOMBÉES EN CHIFFRES

NOS ACTIVITÉS

Le Collectif Vital reste à l'affût des nouvelles données, des initiatives prometteuses et des politiques inspirantes en matière d'alimentation, d'activité physique et d'enjeux liés au poids.

Par ses activités, il mobilise pour élever les **milieux de vie favorables aux saines habitudes de vie au rang des priorités québécoises**.

8	COMMUNIQUÉS ET LETTRES OUVERTES	13	NOUVEAUX OUTILS
2	BLOGUES ET ARTICLES	6	INFOLETTRES
5	MÉMOIRES ET CONSULTATIONS	14	CONFÉRENCES
3	KIOSQUES	9	LETTRES AUX DÉCIDEURS
6	ENQUÊTES ET PLAINTES	17	COMITÉS DE TRAVAIL

PRÉSENCE MÉDIATIQUE

Au fil des années, le Collectif Vital est devenu une **référence incontournable** en matière de saines habitudes de vie.

NOMBRE DE MENTIONS	463
PORTÉE POTENTIELLE	121 M

RÉSEAUX SOCIAUX ET SITE WEB

Le Collectif Vital est actif sur les réseaux sociaux, avec une croissance de personnes abonnées de 113% et plus de 33 000 impressions.

TRANSFERT DE CONNAISSANCES



PARTICIPATION À DES CONSULTATIONS

Le Collectif Vital prend activement part à des consultations publiques pour proposer pistes d'actions concrètes.

Boissons sucrées et sédentarité : prévenir pour une population en santé

Le [mémoire](#) déposé dans le cadre des consultations pré-budgétaires recommande d'instaurer une taxe sur les boissons sucrées ainsi que d'investir dans la création de milieux de vie qui soutiennent un équilibre numérique et un mode de vie physiquement actif.

Un [avis](#) élaboré dans le cadre des consultations sur la *Stratégie nationale de prévention en santé 2025* recommande l'instauration d'une taxe sur les boissons sucrées.

Bonbons à la caféine : un encadrement favorable aux jeunes

Dans un [avis](#) à l'intention de Santé Canada, des recommandations visent à protéger les jeunes, en agissant notamment sur la vente, la publicité et l'emballage des bonbons à la caféine.

Influenceurs et réseaux sociaux : protéger les jeunes à l'ère du numérique

Dans le cadre des travaux du *Comité permanent du patrimoine canadien* sur les écrans, un [mémoire](#) propose des recommandations pour mieux protéger les jeunes des pratiques publicitaires et des stratégies numériques sur les réseaux sociaux.

Un [mémoire](#) recommande au *Comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie* d'encadrer les pratiques des géants du numérique pour protéger les jeunes en ligne et d'interdire la publicité d'aliments et de boissons riches en sucre, sel et gras saturés destinée aux enfants de moins de 13 ans.

PRODUCTION D'OUTILS

Pour soutenir la création de milieux de vie sains, le Collectif Vital diffuse et développe des outils.

Vers une aide alimentaire au service de la réussite éducative

Destinés aux écoles qui souhaitent offrir une aide alimentaire à la fois nutritive et saine avec la mesure budgétaire 15012, l'[outil](#) du Collectif Vital et de l'Association québécoise de la garde scolaire propose des initiatives inspirantes, des pistes concrètes pour surmonter les défis sur le terrain ainsi qu'un modèle de résolution pour les conseils d'établissements.



Prévenir la grossophobie médicale en période périnatale

Des travaux ont mené à l'élaboration d'une [fiche informative](#) qui met en lumière des manières d'adopter des pratiques en périnatalité plus inclusives et bienveillantes à l'égard du poids.



Les municipalités : des alliées de la promotion de la santé

Pour les élections municipales 2025, des [fiches thématiques](#) ont été dévoilées pour accompagner les municipalités à placer la santé et le bien-être au cœur de leurs priorités. Parmi les fiches proposées, l'une concerne l'activité physique et une autre l'alimentation.

Ralentir pour mieux vivre : un nouvel outil pour les municipalités

Conçu en collaboration avec la Ville de Lac-Mégantic, un [nouvel outil](#) encourage les municipalités à s'inspirer du modèle Cittaslow. Pensé comme un outil de passage à l'action, il vise à renforcer les initiatives existantes ou en amorcer de nouvelles pour favoriser la qualité de vie et la vitalité des municipalités.

Faciliter l'accès gratuit à une eau potable, fraîche et non embouteillée

Un [outil](#), réalisé en partenariat avec Eau secours, présente des solutions pour bâtir des municipalités qui facilitent l'accès gratuit à une eau potable, fraîche et non embouteillée.

Un trio sur les boissons sucrées

Une [infographie](#) sur la consommation de boissons sucrées au Québec, une [infographie](#) sur l'acceptabilité sociale de la taxation des boissons sucrées et un [document](#) sur les catégories de boissons sucrées ont été produits.

À venir : Mieux protéger les jeunes des boissons énergisantes caféinées

Afin de mieux protéger les jeunes des boissons énergisantes caféinées, le Collectif Vital travaille à répertorier les différentes mesures de santé publique envisageables. Ces mesures seront présentées dans un document de recommandations.

À venir : Boissons sucrées et les jeunes du secondaire

Des outils destinés aux enseignants et enseignantes en éducation physique et à la santé, est en cours d'élaboration, en partenariat avec la Fédération des éducateurs et éducatrices physique enseignants du Québec, des chercheuses, des conseillers pédagogiques et des enseignants et enseignantes en éducation physique et à la santé.



RENCONTRES ET LETTRES AUX DÉCIDEURS

Le Collectif Vital mobilise les voix et communique avec les décideurs de différents paliers pour partager des recommandations en matière de saines habitudes de vie.

Le Collectif Vital et l'ASPQ ont entamé une tournée des municipalités du Québec afin de les soutenir dans la mise en place d'actions concrètes en faveur de la santé et du bien-être de leurs citoyens et citoyennes.

Plus de 100

lettres envoyées aux décideurs

20

partenaires impliqués

♥ CONFÉRENCES

Le Collectif Vital réalise des conférences pour sensibiliser ses publics cibles.

- **Aliments ultra-transformés : Quel rôle pour les politiques publiques et le plaidoyer au Québec?**
Notre système alimentaire est ultra-transformé | CIENS, CReSP, GRIAUT et Université de Montréal
- **Conférence sur l'aide alimentaire en milieu scolaire**
Comité de parent | Centre de service scolaire de la Pointe-de-l'Île-de-Montréal
- **S'hydrater, décrypter et savourer : atelier découverte d'une alimentation saine et responsable**
Centre des aîné.e.s | Réseau d'entraide de St-Léonard
- **Pour une aide alimentaire au service de la réussite éducative**
Rencontre annuelle | Collectif pour une saine alimentation scolaire
- **Boissons sucrées et activité physique : déconstruire les mythes**
Congrès | FÉÉPEQ
- **Agir autrement face aux enjeux liés au poids**
Journée SME | Initiative sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur
- **Alimentation saine, locale et durable en milieux hospitaliers : constats et stratégies pour relever les défis**
Colloque | Services alimentaires en milieu institutionnel
- **L'activité physique : un levier d'action pour atteindre les objectifs de développement durable**
Congrès | Fédération des kinésiologues du Québec
- **Webinaire : vers une alimentation au service de la réussite éducative**
- **Comprendre la stigmatisation liée au poids en période périnatale |**
Regroupement Les sages-femmes du Québec



Conférence sur l'activité physique et les ODD

Ensemble vers une alimentation institutionnelle saine et durable

Dans le cadre des *Journées annuelles de santé publique*, la journée thématique « Ensemble vers une offre alimentaire institutionnelle saine et durable » organisée par le Collectif Vital a mis en lumière des manières, pour la santé publique, de soutenir, outiller et mobiliser les milieux scolaires et de santé afin de favoriser une offre plus locale, saine et durable.



PUBLICATIONS

Le Collectif Vital contribue à plusieurs publications.

- **L'état du Québec 2026 : Penser le temps autrement** | Institut du Nouveau Monde
Chapitre : Moins vite, mieux vivre : repenser le temps en milieu municipal
- **Stigmatisation, intimidation et discrimination** (titre provisoire) | Université de Québec en Outaouais (en attente de publication)
- **Quand la société fait son droit : une gouvernance de proximité en action** | Centre de recherche sur la régulation et le droit de gouvernance de l'Université de Sherbrooke
Chapitre : Les limites de l'autoréglementation : le cas de la publicité alimentaire destinée aux enfants



 SONDAGES

Le Collectif Vital a effectué cinq sondages populationnels pour mieux comprendre l'état de santé de la population, orienter les actions de santé publique, suivre l'évolution des comportements et fonder ses décisions sur des données concrètes.

Thématiques abordées et extraits de données**Encadrement des écrans**

- 78% de la population estime qu'on devrait interdire à TikTok de proposer du contenu valorisant la perte de poids aux mineurs basés sur leur intérêts et préférences (algorithmes).

Taxation des boissons sucrées

- Plus du trois quarts de la population estiment que le gouvernement du Québec devrait adopter une taxe sur les boissons sucrées et réinvestir les sommes dans un programme de repas sains dans les écoles.

Rôle des municipalités

- Près de 40 % de la population estime que les municipalités pourraient en faire plus pour la santé et le bien-être des citoyennes et citoyens.

Boissons énergisantes caféinées

- 91 % de la population estime que le gouvernement du Québec devrait sensibiliser les jeunes aux effets des boissons énergisantes caféinées.
- 86 % de la population estime que la vente des boissons énergisantes caféinées devrait être interdite aux jeunes de moins de 16 ans.

De plus, un sondage est en cours de préparation pour mieux comprendre l'effet des écrans sur les comportements de vie en matière de santé ainsi que les habitudes d'hydratation des jeunes âgés de 14 à 25 ans.

COMMUNICATION

Le Collectif Vital déploie plusieurs activités de communication, notamment des articles, blogues, interventions médiatiques, kiosques, lettres ouvertes et conférences.



ARTICLES ET BLOGUES

- [Un médecin lui fait le commentaire le plus grossophobe de sa vie](#) | Reportage de Noovo
- [Ozempic : Des versions génériques très attendues](#) | Entrevue de Radio-Canada
- [Loi sur les boissons énergisantes : Québec tergiverse](#) | Entrevue Radio-Canada
- [Marketing alimentaire : les influenceurs du menu](#) | Article Le Quotidien
- [Weight Watchers : la célèbre entreprise en faillite](#) | Téléjournal de Radio-Canada
- [Nutrition dans les écoles : À qui la responsabilité?](#) | Reportage de l'émission L'Épicerie
- [Les écrans : un terrain de jeu sans limite pour l'industrie alimentaire](#) | 100°
- [Restreindre la publicité alimentaire destinée aux enfants pour les protéger](#) | Observatoire des tout-petits



LETTRES OUVERTES

- [La dalle-parc de la Falaise : Un geste phare pour Montréal](#) | La Presse
- [Obésité : il est temps changer de discours](#) | Le Quotidien
- [Élections municipales : Votons avec nos pieds!](#) | La Presse



COMMUNIQUÉS DE PRESSE

- [Le Québec a les cartes en main pour réduire les impacts des écrans sur la santé des jeunes](#)
- [Des pas en alimentaires durables... mais trop petits pour bien nourrir tout le Québec](#)
- [Pour des municipalités au cœur de la santé collective : l'ASPQ dévoile des outils clés en main](#)
- [Ralentir pour mieux vivre : un nouvel outil pour les municipalités!](#)

♥ KIOSQUES ET ÉVÉNEMENTS

- Festival VITA de Sports Montréal
- Alliance des professeures et professeurs de Montréal
- Congrès annuel de la Fédération des kinésiologues du Québec
- Journées annuelles de santé publique
- Sommet des saines habitudes de vie d'Action Toxicomanie
- Rencontre des sympathisants et membres du Collectif pour une saine alimentation scolaire



♥ ENQUÊTES

Le Collectif Vital a réalisé des états de situation sur le règlement de zonage autour des écoles dans l'arrondissement de Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce.

Pour documenter le phénomène de la grossophobie en période périnatale au Québec, un sondage a été réalisé à l'automne 2025 auprès de 376 femmes en période périnatale.

♥ PLAINTES

Le Collectif Vital a déposé quatre plaintes contre des publicités qui semblent contrevenir à la Loi sur la protection du consommateur, qui interdit la publicité qui cible les enfants âgés de moins de 13 ans.

♥ SITE WEB

Afin d'offrir une plateforme de navigation plus adaptée au public cible et plus dynamique, le Collectif Vital a entamé une refonte de son site web, qui sera dévoilé à l'automne 2026.

MOBILISATIONS ET PARTENARIATS



GROUPES DE TRAVAIL

- Coalition canadienne Arrêtons la publicité aux enfants de la Fondation Cœur et AVC
- Comité aviseur du Sommet sur le droit à l'alimentation du RCCQ
- Comité aviseur du projet Briser l'isolement social des personnes âgées de la DSP des Laurentides
- Comité consultatif Susciter et diversifier le jeu dans l'espace public du CEUM et Metalude
- Comité de pilotage Comment mettre la table pour l'avenir? du Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec
- Comité sur l'insécurité alimentaire chez les étudiantes et étudiants d'Équiterre
- Kick Big Soda Out of Sport
- Comité organisateur du Congrès de la Fédération des kinésiologues du Québec
- Comité Plaidoyer du Forum SAT
- Comité scientifique d'une journée thématique des JASP
- Comité de sélection du conseil exécutif du Collectif pour une saine alimentation scolaire
- Comité milieux de vie et population vieillissante
- Montréal physiquement active et Conseil Système alimentaire montréalais
- Projet COLLAB-INTER-360-OBÉSITÉ
- Projet Pour des parcs accessibles de MOVIA
- Stratégie de sensibilisation sur l'étiquetage sur le devant de l'emballage de Santé Canada

Avec l'Association pour la santé publique du Québec, le Collectif Vital a réuni **près de 40 partenaires** en février 2026 dans le cadre du Lac-à-l'épaule pour une **Filière alimentaire inclusive à Montréal.**



♥ RÉSEAU DE PARTENAIRES

Le Collectif Vital repose sur un réseau bien établi de partenaires. Dans la dernière année, le Collectif Vital a notamment collaboré avec :



FORMATION DE LA RELÈVE



ACCUEIL DE STAGIAIRES

Chaque année, le Collectif Vital accueille plusieurs stagiaires pour contribuer à la formation de la relève.

- **Gabrielle Trudeau Parent**, maîtrise en santé publique de l'Université de Montréal | Grossophobie en période périnatale
- **David Rioux**, baccalauréat en nutrition de l'Université de Montréal | Mieux protéger les jeunes des boissons énergisantes caféinées
- **Michelande Elien**, maîtrise en santé publique de l'Université de Montréal | Évaluation des activités du Collectif Vital
- **Charles Ouimet**, baccalauréat en nutrition de l'Université de Montréal | Édulcorants alimentaires et boissons sucrées



CONFÉRENCES UNIVERSITAIRES

- La publicité sociale en santé publique | Université de Laval
- Plan de marketing social : Agir collectivement pour un milieu médical plus sain et inclusif à l'égard du poids | Faculté des sciences de l'activité physique à l'Université de Sherbrooke
- Obésité : approches inclusives en kinésiologie | Faculté des sciences de l'activité physique à l'Université de Sherbrooke
- Vers des politiques publiques en faveur des saines habitudes de vie | Université de Laval
- Pratiques de la santé publique – Les notes de politiques | École de santé publique de l'Université de Montréal



NOUS CONTACTER

Site web : collectifvital.ca

Courriel : info@collectifvital.ca

Téléphone : (514) 598-8058

Adresse postale : 5455 avenue
de Gaspé, bureau 200,
Montréal, Québec, Canada,
H2T 3B3