



PORTRAIT DES JEUNES DU SECONDAIRE RTS ET RLS DE LA MONTÉRÉGIE-CENTRE

Direction de santé publique de la Montérégie

Ce document est un complément au *Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie*.

Un jeune sur trois ne dort pas suffisamment pendant la semaine



ne dorment pas suffisamment



dorment suffisamment

RTS de la
Montérégie-
Centre

36 %

62 %

RLS de
Champlain

34 %

63 %

RLS du
Haut-Richelieu-Rouville

39 % (+)

60 %

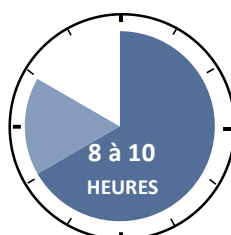
Note : une certaine proportion de jeunes dorment plus d'heures que la durée recommandée pour leur âge. Toutefois, cette proportion présente un degré élevé d'imprécision et ne peut être présentée à l'échelle des RTS et des RLS.

Durée de sommeil recommandée

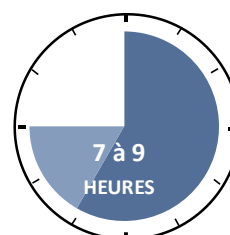
6 à 13 ans



14 à 17 ans



18 à 25 ans





PORTRAIT DES JEUNES DU SECONDAIRE RTS ET RLS DE LA MONTÉRÉGIE-CENTRE

Direction de santé publique de la Montérégie

* Donnée à interpréter avec prudence.

(+) (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle de la Montérégie.

Citation suggérée :

Direction de santé publique de la Montérégie (2021). Portrait des jeunes du secondaire de la Montérégie. *Sommeil*. CISSS de la Montérégie-Centre.

Rédaction : Manon Noiseux.

Production : équipe Surveillance, DSP Montérégie.
