



DE SAINES HABITUDES DE VIE, VRAIMENT ? LA PLUPART DES CANADIENS AFFIRMENT MENER UN MODE DE VIE SAIN, SELON UN SONDAGE RBC

Toutefois, un tiers des Canadiens consomment régulièrement des collations ou des repas rapides peu sains

TORONTO, le 27 janvier 2009 — La plupart (85 %) des Canadiens d'âge adulte croient mener un mode de vie sain ; toutefois, 30 % d'entre eux consomment régulièrement des aliments peu sains, tels que des repas rapides ou des collations, et un tiers (34 %) ont l'intention de suivre un régime, selon un sondage RBC Assurances/Ipsos Reid.

« Il y a une différence entre la parole et les actes », a déclaré le docteur Robert Snihura, directeur médical, Compagnie d'assurance vie RBC. « Si nous ne perdons pas nos mauvaises habitudes, cela aura pour effet d'accroître l'épidémie d'obésité qui touche la société et, de plus en plus, particulièrement nos enfants. »

Selon le sondage RBC Assurances, six Canadiens sur dix (61 %) souhaitent faire de l'exercice plus régulièrement, et plus de la moitié des Canadiens (53 %) veulent consommer des aliments plus nutritifs. Un répondant sur cinq a déclaré fumer régulièrement ; parmi eux, 72 % aimeraient cesser de fumer, ou fumer moins.

En outre, les Canadiennes auraient des habitudes de vie plus saines que les Canadiens. Quarante pour cent des hommes ont déclaré boire de l'alcool régulièrement, comparativement à 25 % des femmes. De plus, 34 % des hommes ont affirmé consommer régulièrement des aliments peu sains ; chez les femmes, cette proportion s'élève à 27 %.

Les femmes sont plus susceptibles de suivre un régime ; 38 % d'entre elles ont indiqué avoir l'intention de suivre un régime ou de perdre du poids, comparativement à 30 % des hommes. « Les avantages liés à l'adoption de saines habitudes de vie sont nombreux : une énergie accrue, une meilleure estime de soi, une plus grande longévité et une réduction des dépenses en santé », a ajouté le docteur Snihura.

« En adoptant un mode de vie sain, vous pourriez bénéficier de primes d'assurance vie et maladie moins élevées et réduire le coût de vos soins médicaux », a affirmé John Young, président et chef de la direction, Compagnie d'assurance vie RBC.

Croyez-vous mener un mode de vie sain ? Répartition par région

C.-B.	85 %
Alberta	87 %
Sask./Man.	83 %
Ontario	84 %
Québec	90 %
Provinces de l'Atlantique	77 %

Quels changements comptez-vous faire à ce sujet aux cours des prochains mois ?

Par région

Région	faire de l'exercice plus régulièrement	manger sainement	suivre un régime ou perdre du poids
C.-B.	60 %	50 %	33 %
Alberta	55 %	50 %	31 %
Sask./Man.	64 %	59 %	40 %
Ontario	63 %	54 %	35 %
Québec	61%	54 %	32 %
Provinces de l'Atlantique	62 %	55 %	41 %

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les assurances vie, maladies graves et soins de longue durée, consultez le site :

www.rbcassurances.com/assurancevie, rendez-vous à votre succursale de RBC Assurances, ou composez le 1-800-991-0707.

À propos de RBC Assurances

RBC Assurances, par l'intermédiaire de ses filiales d'exploitation, notamment la Compagnie d'assurance vie RBC, offre une vaste gamme de produits d'assurance vie, maladie, voyage, habitation, auto et réassurance, de même que des services d'assurance crédit, à plus de cinq millions de clients en Amérique du Nord. La Compagnie d'assurance vie RBC, l'une des plus importantes compagnies d'assurances vie et à prestations du vivant individuelles au Canada, offre un éventail complet de solutions d'assurance vie et maladie destinées aux particuliers et aux groupes, notamment des assurances vie temporaire, vie universelle, invalidité, maladies graves et soins de longue durée, des régimes d'avantages sociaux, ainsi que des fonds distincts. Ces produits sont distribués par l'intermédiaire de plus de 17 000 courtiers indépendants affiliés à des groupes de producteurs, des sociétés de planification financière et des maisons de courtage, ainsi que par vente directe et par un réseau de producteurs de carrière. Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter le site www.rbcassurances.com.

Le sondage

Ces conclusions sont tirées d'un sondage effectué par Ipsos Reid pour le compte de RBC Assurances, du 27 mars au 10 avril 2008. Le sondage s'appuie sur un échantillon de 2 251 Canadiens d'âge adulte, sélectionnés au hasard. Les réponses ont été recueillies au cours d'entretiens téléphoniques. Compte tenu de la taille de cet échantillon, on estime que les résultats sont précis à $\pm 2,2$ points de pourcentage, 19 fois sur 20, de ce qu'ils auraient été si toute la population adulte du Canada avait été consultée. La marge d'erreur est plus grande au sein d'une région ou de tout autre sous-groupe isolé de la population sondée. Ces données ont été pondérées pour assurer que la composition régionale par âge/sexe de l'échantillon représente celle de la population canadienne selon les données du recensement.

Renseignements :

Kerry Gaetano, 905 816-5583, kerry.gaetano@rbc.com

Matt Gierasimczuk, 905 816-5650, matthew.gierasimczuk@rbc.com