



Montréal, physiquement active

La Direction des sports souhaite associer la population à sa démarche visant l'élaboration d'un cadre d'intervention global en matière d'**activité physique**, de **sport** et de **mobilité**, pour permettre à la population d'adopter un **mode de vie physiquement actif**.

Une **consultation publique** sur **l'activité physique et le sport** organisée par la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports est nécessaire de manière à susciter l'intérêt de nos communautés, partenaires et citoyens à partager leurs visions sur l'avenir.

Que devons-nous faire pour façonner notre ville et engager nos communautés, afin que nos citoyens adoptent un mode de vie physiquement plus **actif** ?



Table des matières

- 1) Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?
- 2) Comment la Ville favorise-t-elle l'activité physique?
- 3) Comment les ressources se mobilisent-elles?
- 4) Constat et enjeux
- 5) Priorités à adopter pour rendre Montréal physiquement active





1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

- Montréal de demain exigera la gestion d'une **grande diversité culturelle, sociale et générationnelle**.
- À l'image de toute la planète, la population Montréalaise a maintenant adopté **un mode de vie sédentaire**.
- La situation est si préoccupante, **qu'elle menace nos communautés**.





1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

L'inactivité physique est la **quatrième cause mondiale** de mortalité due aux maladies non transmissibles (MNT) [maladies cardiaques, accidents vasculaires cérébraux, diabète, divers types de cancer].

Il y a urgence d'agir !

L'activité physique et le sport pour tous est un formidable investissement dans l'être humain, dans la santé, dans l'économie et le développement durable.

Source: Charte de Toronto pour l'activité physique: un appel mondial à l'action, www.globalpa.org.uk

L'activité physique est essentielle à la santé



1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

6 à 11 ans

Au Québec, en 2004 :

26,5 % des garçons et 49,2 % des filles faisaient **moins de sept heures** par semaine d'activité physique d'intensité moyenne ou élevée durant leurs loisirs.

12 à 17 ans

En 2007-2008 la situation est pire :

47,5 % des garçons et 64,7 % des filles ne franchissaient pas ce seuil.





Montréal, physiquement active

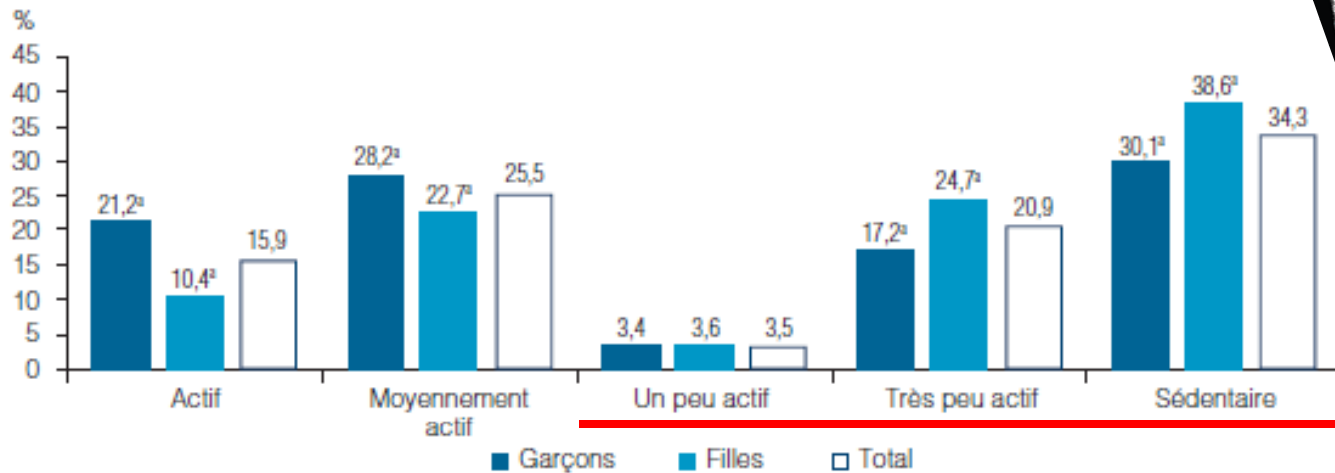
1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

Figure 6 - Le savoir-faire physique



Figure 4.1

Niveau d'activité physique de loisir durant l'année scolaire selon le sexe, élèves du secondaire, Québec, 2010-2011





Montréal, physiquement active

1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

46 %

des enfants canadiens profitent de 3 heures ou moins de jeu actif par semaine.

63 %

63 % du temps libre après l'école et au cours des fins de semaine des enfants canadiens est passé à des activités sédentaires.

92 %

des enfants canadiens ont précisé qu'ils choisiraient de jouer avec des amis plutôt que de regarder la télévision.



En 2012 – Source Jeunes en forme Canada



1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

En septembre 2011, l'ONU a adopté une résolution générale pour que les gouvernements s'engagent activement à lutter contre les maladies non transmissibles.

En 2010, le Global Advocacy Council for Physical Activity propose aux pays et organismes d'adhérer à la Charte de Toronto pour l'activité physique.

En 2004, une stratégie mondiale de lutte contre les maladies non transmissibles a été établie par l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

Que devons-nous faire pour façonner notre ville et engager nos communautés, afin que nos citoyens adoptent un mode de vie physiquement **actif** ?



1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs

Au Canada, plusieurs plans nationaux d'action ont comme objectifs de favoriser la pratique de l'activité physique, du sport ou plus spécifiquement la mobilité active.

Politique canadienne du sport (2012)

Engagement des ministres fédéral, provinciaux et territoriaux (FPT) de la Santé au Canada (2011)

Québec en forme (2011-2014)

Vie active 2010 - Stratégie en matière de sport et d'activité physique de l'Ontario

Investir pour l'avenir – Plan d'action de promotion des saines habitudes de vie et prévention des problèmes liés au poids du gouvernement du Québec (2006-2012)

Pour un même objectif global de **promotion** et de **développement** de l'activité physique, du sport et de la mobilité active.



Montréal, physiquement active

1. Pourquoi amener les Montréalais à être plus actifs?

La Charte de Toronto invite les municipalités à **intensifier** leurs actions en faveur d'une **vie plus active**.

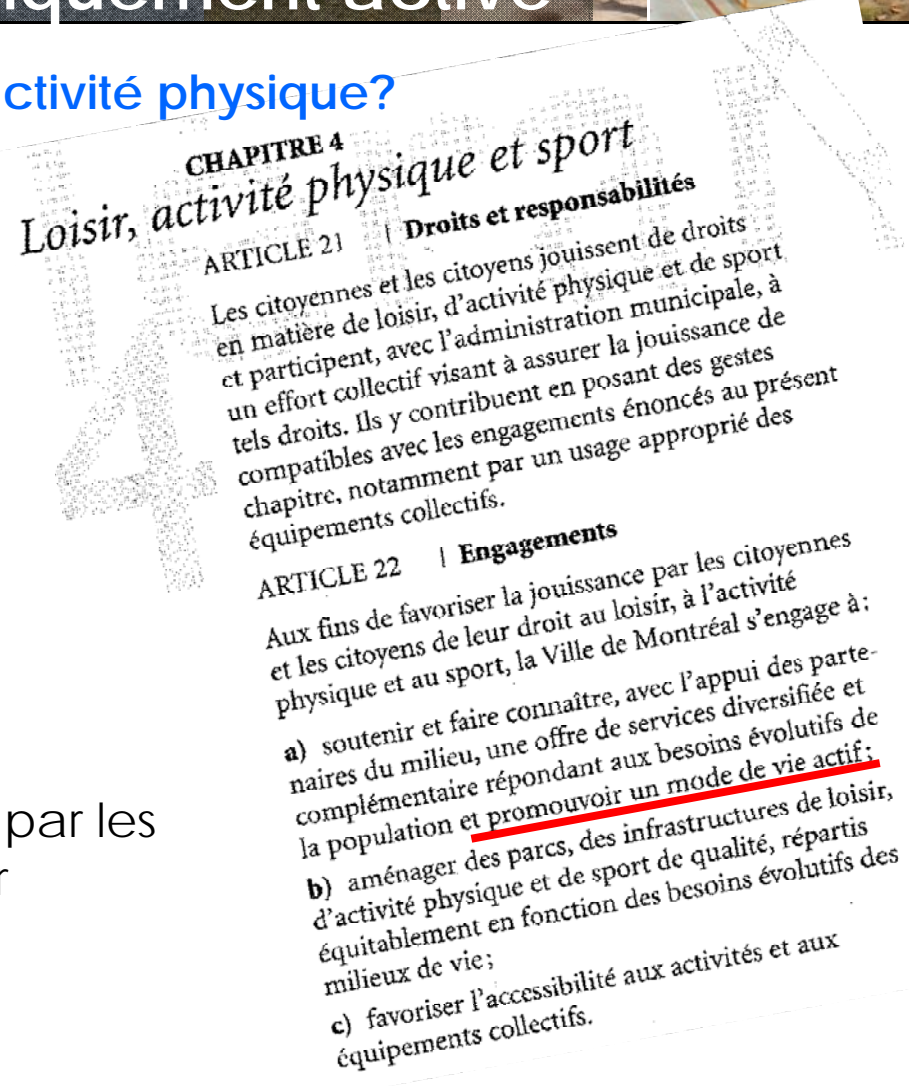
| | |
|------------|--|
| VIE ACTIVE | <p>Activité physique courante Les activités quotidiennes permettant de maintenir ou d'augmenter sa capacité physique : marcher, magasiner, entretenir son jardin, etc.</p> |
| | <p>Déplacement actif Les activités quotidiennes de déplacement qui permettent d'augmenter son activité cardiaque et sa respiration : marche rapide, vélo, escaliers (au lieu de l'ascenseur), etc.</p> |
| | <p>Activité récréative Les activités de pratique libre (activités physiques spontanées ou régulières, pratiquées seul ou en groupe sans encadrement de personnel ou sans inscription préalable) : disque volant, aki, pétanque, etc.</p> |
| | <p>Sport pour tous La Ville de Montréal reconnaît les différents niveaux de pratique sportive – initiation, récréation, compétition et excellence – à l'égard de la pratique sportive comme le soccer, le hockey, la natation, etc.</p> |





Montréal, physiquement active

2. Comment la Ville favorise-t-elle l'activité physique?



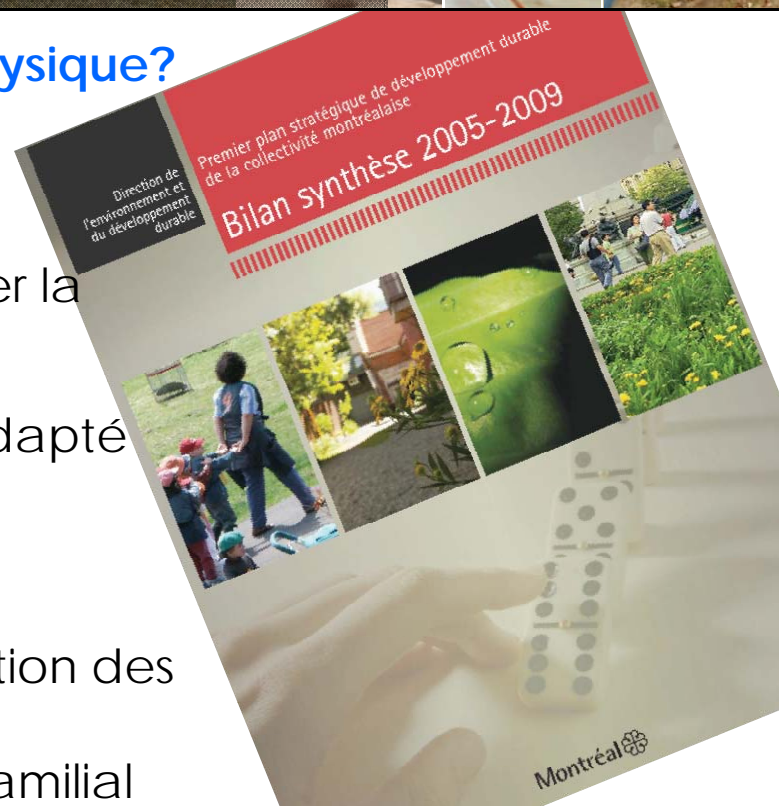
Plusieurs **actions** sont mises en œuvre par les arrondissements et la ville centre pour promouvoir le **sport et le loisir**.



2. Comment la Ville favorise-t-elle l'activité physique?

Le Plan de développement durable de la collectivité montréalaise comporte plusieurs orientations et objectifs chiffrés pour améliorer la qualité de vie.

- ✓ Soutenir un développement résidentiel adapté aux besoins des familles
- ✓ Aménager des quartiers durables
- ✓ Apaiser la circulation
- ✓ Contribuer au verdissement et à la réduction des îlots de chaleur
- ✓ Valoriser Montréal comme milieu de vie familial



Malgré les progrès accomplis, il demeure que l'accès aux infrastructures incitant à l'activité physique varie beaucoup selon le **voisinage** et les **arrondissements**.



Montréal, physiquement active

2. Comment la Ville favorise-t-elle l'activité physique?

Le Plan de transport de Montréal favorise le transport actif.

- ✓ Élaborer la planification locale des déplacements
- ✓ Doubler le réseau cyclable de Montréal
- ✓ Mettre en œuvre la Charte du piéton
- ✓ Consolider le caractère piétonnier du centre ville et des quartiers centraux
- ✓ Redonner aux résidents des quartiers montréalais la qualité de vie qui leur revient



Guide des plans locaux de déplacements

Les Montréalais utilisent de plus en plus les **transports actifs**, cependant des **efforts** sont encore nécessaires pour atteindre les **objectifs**.



2. Comment la Ville favorise-t-elle l'activité physique?

Les Montréalais connaissent bien le plein air. Quel que soit leur statut social, leur culture ou leur condition physique, ils peuvent compter depuis longtemps sur de nombreux parcs, de toutes dimensions, pour pratiquer des activités extérieures.

- ✓ Le réseau des grands parcs
- ✓ Les parcs d'arrondissement



Promenades urbaines

Montréal s'est clairement exprimée en faveur du **plein air**.
Que pouvons-nous faire pour valoriser aussi le plein air durant la saison hivernale?



Montréal, physiquement active

2. Comment la Ville favorise-t-elle l'activité physique?

Sur la scène internationale, Montréal se positionne comme une ville sportive multidisciplinaire d'envergure olympique par la qualité de son expertise et de son accueil. Elle possède des atouts importants, mais aussi une situation de rupture dans plusieurs arrondissements relativement:

- ✓ À l'animation et à la fragmentation des responsabilités,
- ✓ À l'entretien des équipements;
- ✓ Au vieillissement de son patrimoine récréatif et sportif.



PLANS DIRECTEURS DES ÉQUIPEMENTS RÉCRÉATIFS ET SPORTIFS DE MONTRÉAL

une démarche plus **large** et **systemique** s'impose en matière d'activité physique et de sport pour mieux contrer les habitudes sédentaires.



3. Comment les ressources se mobilisent-elles?

De **nouvelles valeurs** axées sur les bienfaits de l'activité physique, du sport et du loisir animent maintenant plusieurs organisations civiles et gouvernementales.

Afin de multiplier les occasions d'être physiquement actif, ces valeurs incluent dorénavant des actions sur **l'environnement bâti** et l'aménagement, les **déplacements actifs** et **l'amélioration des milieux de vie**.

La valorisation de l'activité physique et des saines habitudes de vie peut être intégrée dans l'aménagement de notre territoire, grâce aux principes du **design actif**.



3. Comment les ressources se mobilisent-elles?

- ✓ Des compétences partagées sur la scène municipale entre **plusieurs intervenants**.
- ✓ **Le citoyen reste l'acteur principal** et la communauté, le premier niveau où se concentrent les compétences pour agir.
- ✓ **Le niveau local constitue le territoire principal** auquel s'ajoute suivant la nature de l'intervention, une action plus large à l'échelle régionale et supralocale de l'offre publique et civile en activité physique, sport et mobilité durable.

L'organisation municipale de l'île de Montréal est complexe, reflétant bien la **diversité des réalités territoriales** qui la composent.



3. Comment les ressources se mobilisent-elles?

À l'heure actuelle, il existe de nombreux programmes faisant la **promotion et la valorisation d'une vie active**.

De nombreux organismes, financés en tout ou en partie par le gouvernement, et plusieurs instances privées et publiques provenant des milieux associatifs, de l'éducation et de la santé agissent à divers niveaux ou de différentes manières en matière d'activité physique, de sport et de loisir, et ce, à l'échelle locale, supralocale et régionale.

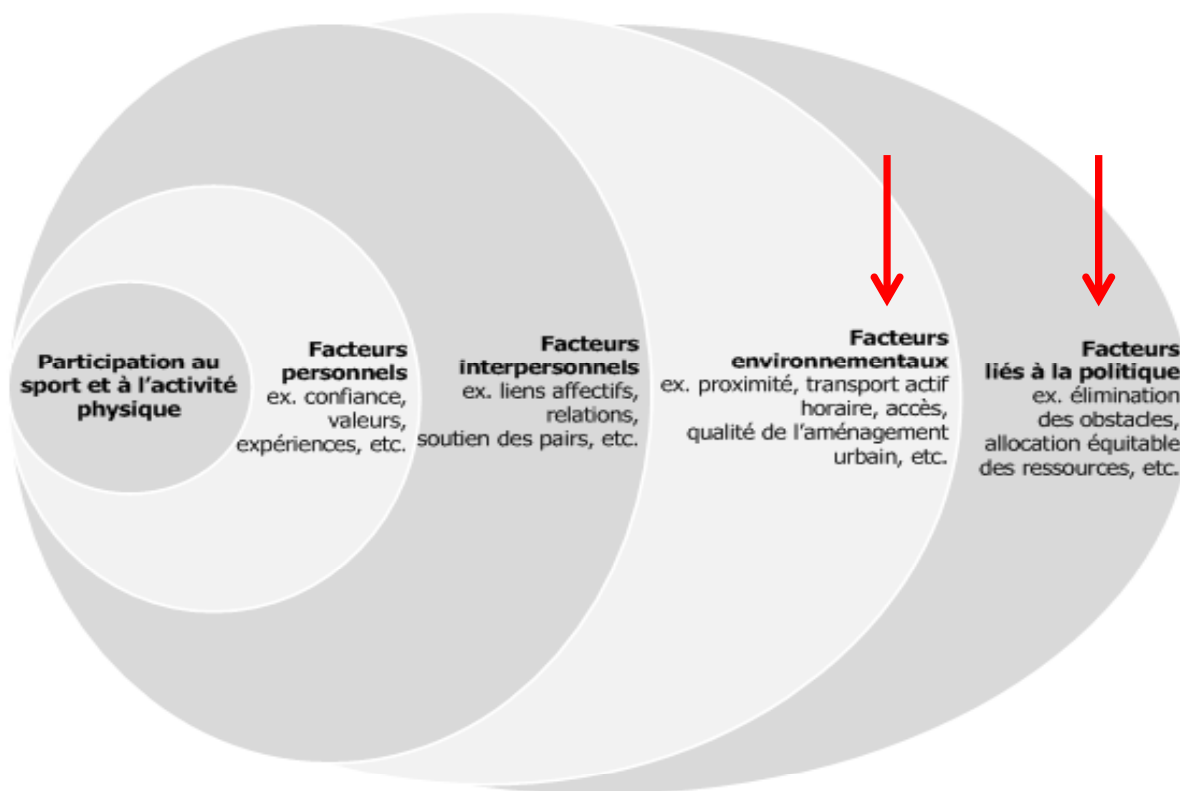
L'espace organisationnel est devenu complexe.
L'ampleur et le nombre des interventions exigent un effort
particulier de coordination et de concertation.



Montréal, physiquement active

Il n'y a pas de solution unique... Le projet nécessite une mise en œuvre concertée de plusieurs stratégies concrètes.

TITRE: MODÈLE SOCIOÉCOLOGIQUE D'INFLUENCE SUR LA PARTICIPATION AU SPORT ET À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



Un modèle socioécologique peut aider à mieux comprendre les facteurs complexes et multidimensionnels qui facilitent les décisions face au sport et à l'activité physique (Froedlich Chow, 2010; Gyurcsik, Spink, Bray, Chad et Kwan, 2006; Humbert et coll., 2006; Needham et coll. 2007; Nahas et coll. 2003, etc.)



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 1 : l'efficacité des interventions municipales
 - ✓ Obtenir la collaboration des gouvernements, de leurs organismes mandataires et de la société civile
 - ✓ Mettre en œuvre collectivement des actions plus importantes auprès des citoyens moins actifs

L'approche sectorielle, qui a primé jusqu'ici, n'est pas satisfaisante, car elle nuit à la pleine connaissance des **effets positifs** de l'activité physique sur la société.



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 2 : le design au service de l'activité physique
 - ✓ Privilégier le déplacement actif dans l'aménagement du territoire
 - ✓ Exploiter le design actif en lien avec Montréal, Ville Unesco de design pour valoriser l'activité physique

Le **design actif** est, avec le **développement durable** et l'**accessibilité universelle**, l'une des trois dimensions incontournables de l'aménagement du territoire, du design urbain et de la construction des bâtiments.



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 3 : l'indispensable cadre d'intervention
 - ✓ Établir une vision concertée et des orientations communes entre les gouvernements, leurs ministères, leurs mandataires et les organisations
 - ✓ Élaborer un nouveau cadre d'intervention gouvernemental en activité physique et en sport

Le manque de **vision concertée et d'orientations communes** en matière d'activité physique et de sport fragilise un changement durable pour un mode de vie physiquement actif.



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 4 : la participation accrue des Montréalais
 - ✓ Reconnaître les effets positifs de l'activité physique et du sport pour tous sur l'intégration sociale, la santé, l'économie
 - ✓ Implanter des mesures pour favoriser l'accroissement de la participation des citoyens

Il est crucial que tous les gouvernements reconnaissent les indéniables **effets positifs** de l'activité physique et du sport pour tous.



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 5 : la concertation scolaire-municipale
 - ✓ Privilégier le partage des équipements entre les arrondissements et les institutions scolaires
 - ✓ Reconnaître la concertation scolaire-municipale comme une condition essentielle de succès

Les conditions actuelles ne favorisent pas une utilisation maximale des équipements entre les arrondissements et les institutions scolaires.



Montréal, physiquement active

4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 6 : le bénévolat et le soutien aux organismes
 - ✓ Assurer la viabilité et la qualité du partenariat entre la municipalité et les organismes du milieu
 - ✓ Innover et trouver de nouvelles formules pour appuyer les organismes

Grâce à leur participation, les organismes apportent beaucoup au **développement des communautés.**



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 7 : la mise en commun de l'information
 - ✓ Mettre en commun les connaissances
 - ✓ Poursuivre ensemble la recherche sur l'inactivité physique

Trop de recherches sont menées isolément. Pour agir de manière concertée, il faut trouver comment **mettre en commun les connaissances.**



4. Constat et enjeux

Les Montréalais font peu d'activité physique

- Enjeu 8 : la reconnaissance officielle et la volonté de travailler ensemble
 - ✓ Reconnaître que l'activité physique, le sport et la mobilité durable contiennent une dimension humaine et éducative qui doit être pleinement reconnue par tous les acteurs concernés.

Leur rôle structurant, au même titre que la culture, l'éducation et la santé devrait être inscrit **pour assurer l'occupation et la vitalité des territoires.**



5. Priorités à adopter

Une vision commune : une ville physiquement active

- Orientation 1 : une participation accrue
 - ✓ Quelles sont les interventions les plus efficaces pour que les Montréalais intègrent davantage l'activité physique et le sport dans leur vie?
 - ✓ Comment rejoindre tous les groupes de citoyens, notamment les aînés, les adolescents, les femmes, les familles, les personnes ayant une limitation fonctionnelle?
 - ✓ Quelles actions pouvons-nous mener ensemble pour promouvoir un mode de vie physiquement actif?
 - ✓ Comment faire bouger davantage nos citoyens en hiver?

On remarque une **diminution importante de l'activité physique** chez une grande partie de la population, notamment chez les femmes et les immigrants.



5. Priorités à adopter

Une vision commune : une ville physiquement active

- Orientation 2 : des environnements urbains plus favorables
 - ✓ Que faire pour améliorer l'accès à des installations et à des infrastructures de qualité? Dans l'avenir, quelles pourraient être les priorités à cet égard?
 - ✓ D'autres espaces publics où bouger sont-ils possibles?
 - ✓ Comment façonner les milieux de vie montréalais pour favoriser l'activité physique?

Les espaces publics jouent **un rôle déterminant** dans l'aménagement urbain et l'amélioration des milieux de vie.



5. Priorités à adopter

Une vision commune : une ville physiquement active

- Orientation 3 : une volonté d'agir ensemble
 - ✓ Comment mobiliser les ressources et les forces vives de la collectivité montréalaise pour que les citoyens profitent davantage des bienfaits du sport et de l'activité physique?

Quel est le meilleur moyen pour agir : une politique, un plan d'action? Quelles instances consultatives la Ville devrait-elle favoriser?



Rappel des démarches

Montréal, physiquement active, cette consultation est pilotée par la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports avec la collaboration de la Direction des sports.

- Mardi, le 30 octobre 2012, présentation
- Mardi, 27 novembre 2012, dépôt des mémoires
- Mercredi, 28 novembre 2012, dépôt des mémoires

« **Demain Montréal** », une démarche de contribution publique concernant la vision et les orientations du projet de Plan de développement de Montréal (PDM) est pilotée par le Bureau du Plan, sous la supervision de la Direction générale de la Ville de Montréal.



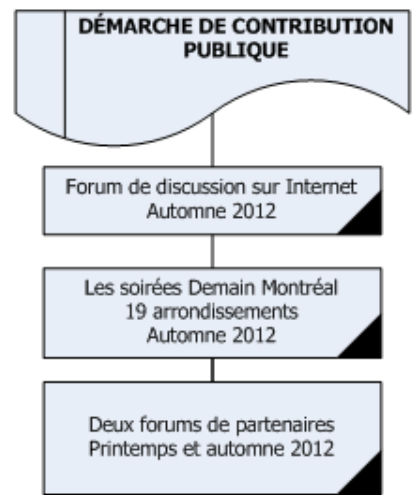
Montréal, physiquement active

DEUX DÉMARCHES DIFFÉRENTES ET PARALLÈLES



COMMISSION SUR LA CULTURE, LE PATRIMOINE ET LES SPORTS

PROJET DE PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE MONTRÉAL



Adoption du PDM au début 2013

Responsables
Commission sur la culture, le patrimoine et les sports
Direction des sports
Ville de Montréal

Responsables
Bureau du plan, Direction générale
Ville de Montréal



Montréal, physiquement active

Tous les citoyens ou partenaires qui ont un compte Twitter sont invités à utiliser le HASHTAG **#MTLPhysActive** dans les messages qu'ils diffuseront sur leur compte Twitter respectif. Tous les messages sur le sujet seront ainsi regroupés à un endroit.

TWITTER – HASHTAG

Le hashtag à utiliser est : **#MTLPhysActive**

(en respectant les majuscules/minuscules, sans espace, ni trait d'union, ni ponctuation).



Questions et commentaires