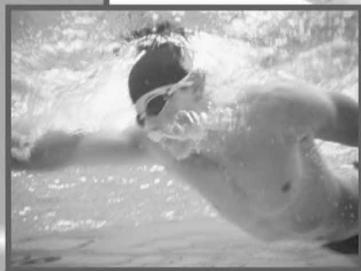


Conseil jeunesse
de Montréal

**FAVORISER LES SAINES HABITUDES DE VIE
CHEZ LES JEUNES MONTRÉALAIS**

Montréal 



Conseil jeunesse
de Montréal

**FAVORISER LES SAINES HABITUDES DE VIE
CHEZ LES JEUNES MONTRÉLAIS**

Montréal 

REMERCIEMENTS

Le présent avis a été élaboré sous la direction du comité des enjeux sociaux au cours de l'automne 2005, dans la troisième année d'existence du Conseil jeunesse de Montréal (CjM).

ASSISTANTS À LA RECHERCHE ET À LA RÉDACTION

Éric Allen Junior
Charlotte Marguerite Debonne
Samuel Gauthier
Jonathan Lacombe

COORDONNATRICES

Sylvie Gauthier
Mylène Robert

RECHERCHE ET RÉDACTION

Maude Beausoleil, agente de recherche

RÉVISION LINGUISTIQUE

Marielle Delorme

GRAPHISME ET MISE EN PAGE

PAGE COUVERTURE

Impressions Créationel

COLLABORATEURS

Conseil jeunesse de Montréal

Maha Abdali, Marie-Paule Partikian
Sébastien Dallaire, Filip Ruscescu
Salvatore Mottillo, Vanessa Cupidon
Dominique Hamel, Véronique Lafleur
Meriem Allal, Philippe De Oliveira
Christopher Woods-Fry, Maya Azzi
Marilou Filiatreault

Ville de Montréal

Division du développement social

Olivier Beausoleil
Marcel Cajelait
Sylvie Lepage

Direction des sports, des parcs et des espaces verts

Lucie Lanteigne
Sonia Leclair
Diane Mongeau

Division de la gestion des grands parcs

Sylvie Ouellet
Guylaine Parr

Concertation scolaire-municipale

Diane L. Deschamps

Organismes

Centre Option Plein Air de Montréal
Dîners-rencontres Saint-Louis-de-Gonzague
Groupe-Ressource du Plateau Mont-Royal
Kino-Québec
Maison de quartier Villeray
Maisons de jeunes
Moisson Montréal
Table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain
Table de concertation sur la sécurité alimentaire de Notre-Dame-de-Grâce
Regroupement des cuisines collectives du Québec
Roc, Aide aux jeunes
Vélo Québec
Josée Belleau (comité Nourrir Montréal)
Pierre-Luc Côté (CDEC d'Ahuntsic-Cartierville)
David Marcotte

AVANT-PROPOS

Le Conseil jeunesse de Montréal (CjM) a officiellement été créé le 11 février 2003 par la Ville de Montréal. Ce comité consultatif, composé de 15 jeunes âgés de 16 à 30 ans, a pour mandat de conseiller l'administration municipale sur toutes les questions relatives aux jeunes de 12 à 30 ans et d'assurer la prise en compte des préoccupations jeunesse sur le territoire montréalais. Le CjM offre donc aux jeunes Montréalaises et Montréalais une occasion de participer à la construction de l'avenir de la nouvelle ville, en leur donnant une voix et un réel pouvoir d'influence au chapitre des décisions.

Cette année, le Conseil jeunesse de Montréal s'est penché sur la santé des jeunes âgés de 12 à 30 ans à Montréal. À partir de cette préoccupation, le comité des enjeux sociaux a dégagé deux axes fondamentaux : l'alimentation et la pratique sportive. Ainsi, nous croyons fermement que la Ville de Montréal peut devenir un chef de file dans l'élaboration d'une structure favorisant le bien-être physique de sa population.

Le Conseil jeunesse de Montréal a donc rédigé un avis intitulé *Favoriser les saines habitudes de vie chez les jeunes Montréalais*. Celui-ci a pour objectif de faire le point sur la situation de la santé des jeunes à Montréal et de recommander des pistes d'intervention adaptées à la réalité de la métropole, tout en reconnaissant le travail déjà accompli.

TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS.....	3
INTRODUCTION	5
BILAN DE SANTÉ DES JEUNES.....	6
CHAPITRE 1 : L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES JEUNES.....	14
1.1 Les sports et les loisirs publics à Montréal	15
1.2 L'offre de service municipale destinée aux jeunes.....	17
1.3 Les activités hivernales.....	25
1.4 L'activité physique de transport.....	27
1.5 Les recommandations	29
CHAPITRE 2 : L'ALIMENTATION À MONTRÉAL	32
2.1 Les actions de la Ville en sécurité alimentaire : des mesures d'urgence aux solutions durables.....	33
2.2 Les constats et les défis de la sécurité alimentaire à Montréal	37
2.3 Les recommandations	39
CONCLUSION.....	41
BIBLIOGRAPHIE	42
LISTE DES GRAPHIQUES ET DES TABLEAUX.....	46

Dans cette publication, le masculin englobe le féminin dans le seul but d'alléger le texte.

INTRODUCTION

Afin de déterminer les sujets de ses avis pour 2005, le Conseil jeunesse de Montréal a tenu de nombreuses rencontres. Au cours de celles-ci, une vive préoccupation s'est rapidement manifestée à l'égard d'un problème de santé publique qui touche toujours plus de jeunes : l'obésité et la détérioration générale de l'état de santé. Ce phénomène prend les allures d'une épidémie et s'explique par un mode de vie sédentaire et une alimentation inadéquate.

Une fois ce constat fait, les membres du CjM se sont ensuite demandés de quelle façon la Ville de Montréal pouvait faire la promotion de saines habitudes auprès des jeunes Montréalais. La réponse est vite apparue évidente pour les membres, dans la mesure où le développement des sports et des loisirs est de responsabilité municipale et que la sécurité alimentaire constitue l'un des volets prioritaires du développement social de la Ville de Montréal.

Conformément à ces mandats, la Ville apparaît donc comme un acteur incontournable dans la lutte entreprise à l'échelle du Québec pour contrer la sédentarité, l'obésité et les mauvaises habitudes alimentaires. Ce rôle a d'ailleurs été reconnu dans le rapport publié depuis peu par l'équipe pour améliorer les habitudes de vie des jeunes. Cette équipe a été mandatée par le ministère de la Santé et des Services sociaux pour apporter des solutions à ce problème de santé numéro un au Québec.

Devant l'ampleur du problème et de la mobilisation des acteurs les plus divers favorables à l'acquisition de modes de vie sains, le CjM a estimé qu'il était de son devoir de s'intéresser à la question et de proposer aux élus de Montréal des pistes de solution pour amener les jeunes à bouger et à mieux s'alimenter. Pour ce faire, le CjM a entrepris une recherche en vue de documenter les problèmes de santé des jeunes Montréalais et d'en rechercher les causes, pour ensuite se demander si les services offerts par la Ville et les arrondissements sont adaptés et accessibles à la clientèle jeunesse. En outre, le comité des enjeux sociaux s'est efforcé de cerner les

obstacles et les difficultés qui favorisent l'inactivité physique et la mauvaise alimentation chez les jeunes pour tenter d'y remédier.

Il importe de noter que le CjM renoue dans cet avis avec son mandat qui est de conseiller l'administration municipale sur toutes questions touchant les jeunes âgés de 12 à 30 ans; la tranche ciblée dans l'avis de l'an dernier était celle des 18-30 ans en raison des thèmes privilégiés. Les divers constats établis au cours de la présente recherche nous ont amenés à nous intéresser à l'ensemble de la clientèle jeunesse et aux mauvaises habitudes de vie à la fois des adolescents et des jeunes adultes. Pour plus de clarté et en raison des réalités très différentes que connaissent les adolescents et les jeunes adultes, nous faisons cette distinction tout au long de cet avis.

La présente publication a nécessité une recherche d'envergure et de nombreuses rencontres avec les acteurs du sport, du loisir et de la sécurité alimentaire à Montréal. Cette rigueur a amené le CjM à formuler des recommandations qui, si elles sont retenues, contribueront sans aucun doute à faire des jeunes d'aujourd'hui des citoyens en meilleure santé demain.

BILAN DE SANTÉ DES JEUNES

L'obésité et les problèmes de santé sous-jacents, comme le diabète, le taux de cholestérol élevé et l'hypertension, ont connu des augmentations telles, au cours des dernières décennies, que l'OMS parle aujourd'hui de « crise de santé publique » et de « globésité » pour décrire ce phénomène qui est en constante expansion dans les sociétés occidentales¹. Ainsi, au Québec comme au Canada, aux États-Unis, en Suède ou en Allemagne, on enregistre partout à l'échelle occidentale des taux toujours plus élevés d'obésité, et ce, tant chez les jeunes que chez les adultes.

Bien qu'il existe des prédispositions génétiques à l'obésité, cet état épidémique est avant tout un problème collectif et sociétal. Celui-ci relève de notre mode de vie, de notre environnement, où la sédentarité et l'alimentation inadéquate jouent un rôle déterminant. Pour illustrer cette réalité, on peut dire que si « les gènes chargent le fusil, l'environnement appuie sur la gâchette² ». Avant de brosser le tableau de l'état de santé des jeunes, il nous semble pertinent de nous attarder d'abord aux facteurs environnementaux à la source des mauvaises habitudes de vie.

¹ On peut aussi noter une multiplication des problèmes reliés au poids qui déborde les frontières occidentales, alors que la Chine et le Brésil, notamment, connaissent des accroissements notables à ce chapitre. *Chronique Prévention en pratique médicale. Un problème de santé publique : la hausse de la prévalence de l'obésité au Canada, au Québec et à Montréal*, p. 1. www.santepub-mtl.qc.ca/mdprevention/chronique/2005.

² Citation traduite de l'anglais « Genes load the gun; environment pulls de trigger ». *Chronique PPM. Le poids : un équilibre fragilisé par des changements de nos habitudes de vie et notre environnement*, p. 2-3.

Un environnement qui favorise les mauvaises habitudes de vie

Depuis les années 1970, nos sociétés ont connu de nombreuses mutations qui, bien qu'elles nous rendent la vie plus facile, contribuent simultanément à nous rendre plus inactifs. Parmi celles-ci, on peut citer les progrès technologiques tels que l'automatisation et la révolution informatique qui provoquent une diminution marquée de l'activité physique dans les secteurs les plus divers : le travail, les déplacements et les loisirs. Relativement aux loisirs, l'écoute de la télévision se classe au premier rang des activités les plus populaires chez les adultes au Canada durant les périodes de temps libre. L'impact de cette réalité est énorme sur la santé, alors que chaque hausse de deux heures d'écoute par jour est corrélée à une hausse de 23 % de l'obésité et de 14 % du diabète³. La popularité croissante des loisirs sédentaires, comme l'ordinateur et les jeux vidéo, engendre chez les jeunes de 6 à 17 ans des effets tout aussi néfastes puisque les risques de souffrir de problèmes de poids sont plus importants à mesure que les heures consacrées à ces activités augmentent⁴.

Par ailleurs, l'organisation du travail, notamment caractérisée par une croissance des emplois atypiques aux horaires variables, rend difficile la conciliation famille-travail-études⁵, au détriment bien souvent des activités et des repas en famille. Il en résulte ainsi une diminution du temps pour cuisiner, pour choisir des aliments de qualité et également pour transmettre des connaissances et des savoir-faire culinaires. Dans ce contexte, le recours aux aliments préparés, à faible valeur nutritive, mais très caloriques, devient une solution de rechange de plus en plus fréquente. Cette popularité est encouragée de surcroît par une forte publicité de la part de l'industrie agro-alimentaire, qui cible tout particulièrement les jeunes, et des environnements qui facilitent l'accès à ces aliments.

Au nombre des facteurs à la source de la sédentarité et de la mauvaise alimentation, on ne saurait passer sous silence la pauvreté. Parmi les grandes villes canadiennes, c'est d'ailleurs Montréal qui présente le taux le plus élevé de personnes vivant sous le seuil de faible revenu : 29 % à Montréal en 2000 comparative-ment à 15 % à Ottawa, 22,6 % à Toronto et 20,2 % à Winnipeg⁶. La pauvreté qui touche, comme nous le verrons, bon nombre de jeunes Montréalais est largement associée à l'insécurité alimentaire, à une diminution de la qualité de l'alimentation ainsi qu'à une augmentation parallèle de la sédentarité et de l'obésité.

³ Kim Raine, *Le surpoids et l'obésité au Canada : une perspective de la santé de la population*, Institut canadien d'information sur la santé, Ottawa, août 2004.

⁴ Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : obésité chez les enfants et les adultes*, *Le Quotidien*, mercredi 6 juillet 2005.

⁵ Nous reprenons ici l'appellation utilisée par la Conférence régionale des élus de Montréal dans son *Avis régional pour une politique de conciliation famille-travail-études*, octobre 2004.

⁶ Direction de la santé publique, *La « nouvelle » statistique : Montréal, une région avec des revenus plus faibles*. Recensement de 2001, 2003.

Une hausse marquée de l'obésité et des problèmes de santé

Dans les milieux médicaux, on a pu constater la hausse croissante des problèmes de poids chez les jeunes alors que l'obésité représente aujourd'hui « le principal désordre chronique en pédiatrie⁷ ». En fonction des mesures utilisées, l'excès de poids, comprenant à la fois l'embonpoint (aussi appelé préobésité) et l'obésité, touche de 25 % à 30 % de la population juvénile québécoise⁸. En outre, les 12-17 ans représentent le groupe d'âge juvénile où l'augmentation de l'obésité s'est fait le plus sentir, passant de 3 % en 1978 à 9 % en 2004 au Canada. L'embonpoint s'est également accru durant la même période en faisant un bond de 14 % à 29 %⁹. La situation que vit ce groupe d'âge apparaît d'autant plus alarmante qu'à long terme 70 % des adolescents obèses le sont toujours une fois parvenus à l'âge adulte.

Au sein de la population adulte, les hausses de l'obésité les plus notables ont été enregistrées au Canada chez les 25-34 ans (21 %) et chez les 75 ans et plus (24 %). Selon les données de Statistique Canada pour 2000-2001, 27 % des adultes âgés de 20 à 64 ans à Montréal présentaient des problèmes reliés au poids : le pourcentage d'embonpoint atteignant 12 % chez les 20-29 ans¹⁰. En parallèle, l'indice de masse corporelle¹¹ moyen est lui aussi à la hausse dans la population en général. Outre les conséquences physiques des problèmes de poids (qui diminuent l'espérance et la qualité de vie) et les effets psychologiques (l'estime de soi notamment), ces données laissent entrevoir la pression énorme exercée sur le système de santé dans les années à venir si la situation perdure. Mentionnons enfin que la pauvreté et l'obésité sont fortement corrélées puisque « le risque de devenir obèse est d'environ 40 % plus faible pour les hommes et les femmes dans les catégories supérieures de revenu que pour ceux dans la catégorie inférieure de revenu »¹².

Parallèlement à la généralisation des problèmes de poids, les indicateurs sociosanitaires dévoilent une détérioration de l'état de santé des jeunes, marquée entre autres par des augmentations du diabète et des facteurs de risque associés aux maladies cardiovasculaires.

C'est ainsi que le diabète de type 2, autrefois réservé aux adultes d'un certain âge, tend à toucher des sujets de plus en plus jeunes, un nombre grandissant de personnes âgées de 10 à 40 ans étant susceptibles de développer la maladie, principalement en raison de la sédentarité¹³. Quant aux maladies cardiovasculaires, la moitié des adolescents du Québec présentent, dès l'âge de 12 ans, au moins un facteur de risque y étant associé comme la sédentarité, le tabagisme, une pression artérielle et un taux de cholestérol élevés, etc. À l'âge de 16 ans, près de 20 % en présentent deux ou plus¹⁴. Les adolescents issus de ménages à faible revenu sont plus susceptibles de présenter ces facteurs de risque¹⁵.

⁷ Guy Thibault, *L'activité physique, déterminant de la santé des jeunes, avis du comité scientifique de Kino-Québec*, Secrétariat au loisir et au sport, ministère de la Santé et des Services sociaux, gouvernement du Québec, 2000.

⁸ Voir à ce sujet : L'équipe pour mobiliser les efforts de prévention, *L'amélioration de saines habitudes de vie chez les jeunes*. Recommandations présentées au ministre de la Santé et des Services sociaux. Proposition du 12 mai 2005, et Pierre Vallée, *Obésité : plus du tiers des enfants québécois ont un problème relié à leur poids, Le Devoir*, samedi et dimanche 22 et 23 mai 2004.

⁹ Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : obésité chez les enfants et les adultes, Le Quotidien*, juillet 2005, p. 1.

¹⁰ Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2000-2001—volet montréalais : excès de poids*.

¹¹ On a recours à l'indice de masse corporelle (kg/m²) pour classer les individus en fonction de leur poids. Lorsque l'indice est respectivement supérieur à 25 et à 30, on parle tour à tour d'embonpoint et d'obésité. Un IMC compris entre 18,5 et 24,9 représente un poids santé tandis qu'en bas de 18,5, le poids

¹² Statistique Canada, *Enquête nationale sur la santé de la population - Obésité : un enjeu en croissance, Le Quotidien*, 7 avril 2005.

¹³ Serge Langlois, *Plein Soleil, Revue de Diabète Québec*, été 2004, p. 27.

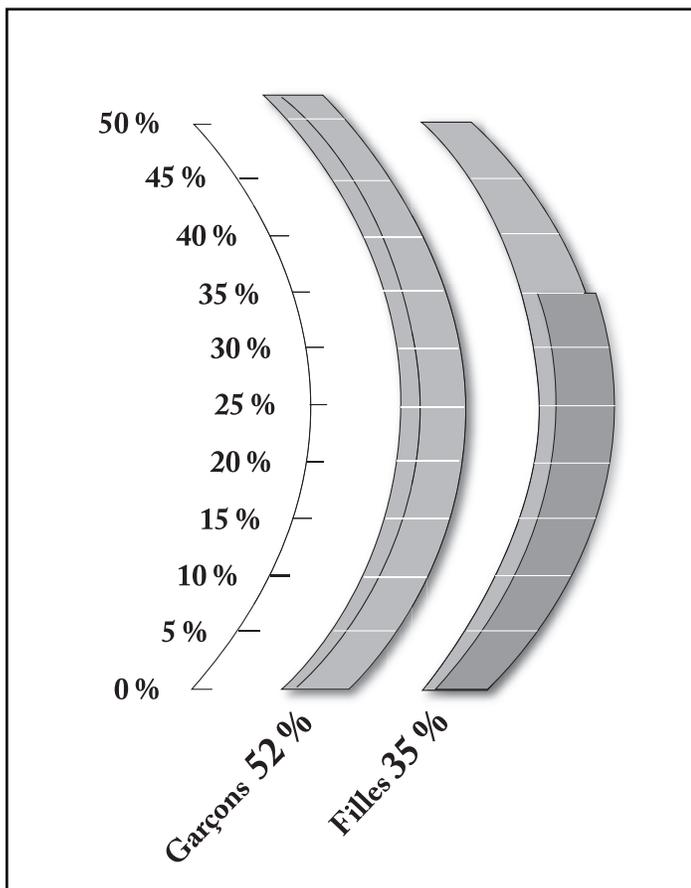
¹⁴ Institut de la statistique du Québec, *Résumé ? - Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, 1999-faits saillants*, coll. Santé et bien-être, p. 5.

¹⁵ *Ibid.*

L'activité physique en décroissance chez les jeunes

Comme nous venons de le souligner, le mode de vie sédentaire joue un rôle déterminant dans l'accroissement des problèmes de santé vécus par les jeunes. À cet égard, les plus récentes données québécoises indiquent que seulement 52 % des garçons et 35 % des filles âgés de 12 à 17 ans peuvent être considérés comme actifs durant les périodes de loisirs (voir graphique 1). De façon générale, les jeunes d'aujourd'hui apparaissent 40 % moins actifs qu'il y a 30 ans¹⁶.

Graphique 1 : Pourcentage de garçons et de filles actifs durant les loisirs, population de 12 à 17 ans, Québec 2003.



Source: Kino-Québec, *stastiques générales*, www.kino-quebec.qc.ca

L'inactivité physique, définie selon la fréquence, la durée et l'intensité des activités physiques pratiquées, touche le tiers des jeunes âgés de 12 à 19 ans de la métropole (voir graphique 3). Des données québécoises et américaines, bien qu'encore peu nombreuses, dénotent de plus un abandon progressif de la pratique sportive entre l'âge de 12 et de 17 ans. Cette affirmation est particulièrement vraie chez les filles dont le niveau d'activité chutait en 1999 de 47 % à l'âge de 13 ans à 35 % trois ans plus tard. Chez les garçons du même âge, les pourcentages présentaient une diminution plus faible (de 56 % à 53 %)¹⁷.

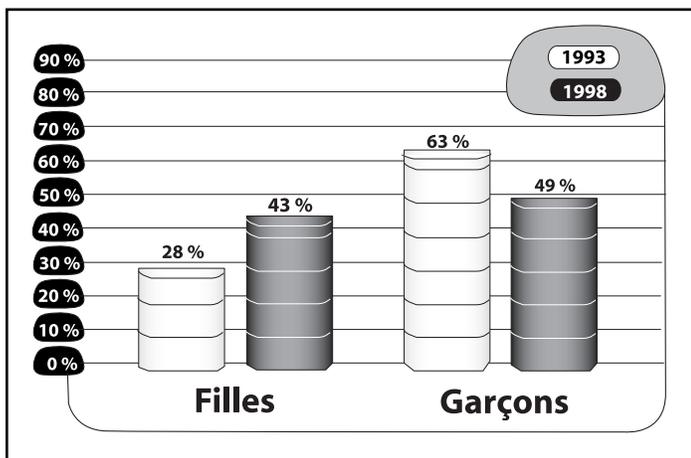
Ce désintérêt des jeunes Québécois à l'égard de la pratique sportive se vérifie à la fin de l'adolescence alors que seulement 43 % des filles et 49 % des garçons âgés de 15 à 19 ans répondaient au second critère du premier Consensus international sur l'activité physique en 1999 (pratique d'activités physiques d'intensité moyenne ou élevée à raison de trois fois par semaine ou plus, au moins 20 minutes par séance). En 1993, c'était 28 % des filles et 63 % des garçons qui parvenaient au taux d'activité recommandé (graphique 2). On peut donc constater que l'activité physique s'est considérablement accrue chez les filles tandis qu'elle a diminué de façon notable chez les garçons. Somme toute, on peut retenir que « l'activité physique de plus d'un adolescent sur deux n'atteint pas le niveau recommandé par les autorités scientifiques et médicales »¹⁸.

¹⁶ Ville de Montréal, *Le sport pour tous. Pour une concertation et une meilleure accessibilité des ressources*, Mémoire déposé par la Ville de Montréal au secrétaire d'État au Sport amateur dans le contexte de la Consultation nationale sur le sport et de la Conférence régionale du Québec sur le sport les 26 et 27 janvier 2001, p. 9.

¹⁷ Institut de la statistique du Québec, *Résumé ? -Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, 1999-faits saillants*, coll. Santé et bien-être, p. 5.

¹⁸ Kino-Québec, *L'activité, déterminant de la santé des jeunes, avis du comité scientifique de Kino-Québec*, Secrétariat au loisir et au sport, ministère de la Santé et des Services sociaux, gouvernement du Québec, 2004, p. 10.

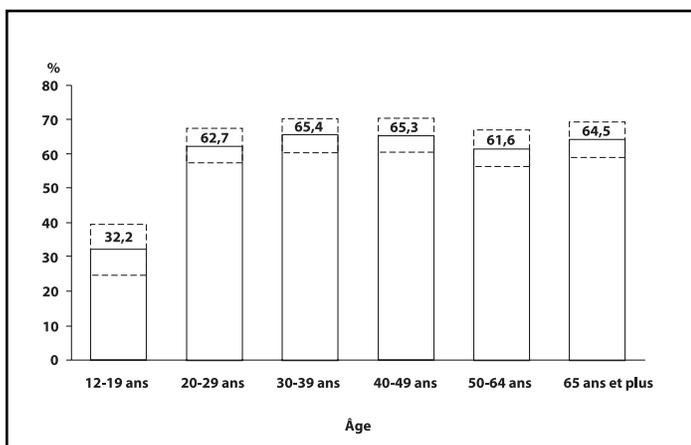
Graphique 2 : Évolution du pourcentage des jeunes de 15 à 19 ans qui respectent la seconde partie de la recommandation du Consensus international sur l'activité physique à l'adolescence, Québec, 1993 et 1998.



Source: Denis Hamel, Bertrand Nolin, Gaston Prud'homme et Gaston Rodin, *Enquête québécoise sur l'activité physique et la santé, 1998.*

L'âge est une variable déterminante du taux de la pratique sportive. Ainsi, c'est sans surprise que l'on constate dans le graphique 3 que l'inactivité physique est le lot d'une proportion plus élevée de la population montréalaise à mesure qu'elle gagne en âge.

Graphique 3 : Proportion de la population de 12 ans et plus physiquement inactive, selon l'âge, Montréal, 2000-2001



Source : Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes - volet montréalais, 2000-2001

Outre cette tendance à l'inactivité physique qui s'accroît avec l'âge, ces données nous dévoilent que la sédentarité semble s'installer dans la vingtaine (62,7 %). La proportion des inactifs a en effet pratiquement doublée si on la compare à la tranche d'âge précédente des 12-19 ans (32,2 %). On le voit, le passage à l'âge adulte semble poser bien des défis quant au maintien d'une pratique sportive régulière : le nombre de personnes actives étant en diminution au profit des groupes très peu ou pas du tout actifs. Les difficultés associées à cette période de la vie s'expliquent à notre avis de diverses façons.

Selon un sondage effectué par le CjM en 2004, auprès de 395 jeunes âgés de 18 à 30 ans de la région montréalaise, les deux raisons les plus fréquemment invoquées qui les empêchent de pratiquer des activités qui les intéressent sont : le manque de temps (71 %) et le manque d'argent (50 %). Par ailleurs, la fréquence de la pratique sportive au Québec sur une base hebdomadaire, en fonction de divers indicateurs comme la pratique d'un sport d'équipe ou d'un sport individuel, est supérieure chez les étudiants (avec des taux respectifs de 32,3 % et de 43,1 %) à celle des jeunes âgés de 15 à 24 ans (31,5 % et 40,5 %) et des 25-34 ans (18,6 % et 35,2 %)⁹.

On peut penser que les pourcentages élevés rencontrés dans la population étudiante sont dus à la proximité et à l'accessibilité des installations sportives dans les établissements scolaires de même qu'à des périodes de loisirs plus nombreuses. Mais au-delà de ces considérations, ces données lèvent le voile sur les difficultés importantes vécues par les jeunes adultes au début de leur vie active, sur le plan financier et sur celui de la conciliation famille-travail-études. Nous aurons d'ailleurs l'occasion d'y revenir.

En terminant, mentionnons que le statut d'immigrant est lui aussi une variable importante dans l'adoption d'un mode de vie sédentaire selon Statistique Canada. En effet, la proportion d'inactifs dans la population montréalaise âgée de 12 ans et plus est de 58,2 % pour les non-immigrants. Elle grimpe à 68,7 % chez les immigrants établis depuis moins de 10 ans et à 66,7 % chez ceux qui ont migrés il y a plus de 10 ans²⁰. Faute de données plus détaillées sur le sujet, nous ne sommes toutefois pas en mesure d'apprécier la réalité des jeunes issus des communautés culturelles. Il serait à notre avis pertinent de mieux documenter l'impact de ce déterminant sur la pratique sportive dans les années à venir.

¹⁹ CjM, (514) *Génération 18-30 ans : le logement, l'accessibilité aux services, les lieux de sociabilité et Actions Jeunes Citoyens*, 2004, p. 38.

²⁰ Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes - volet montréalais, 2000-2001*.

Les mauvaises habitudes alimentaires plus fréquentes chez les jeunes

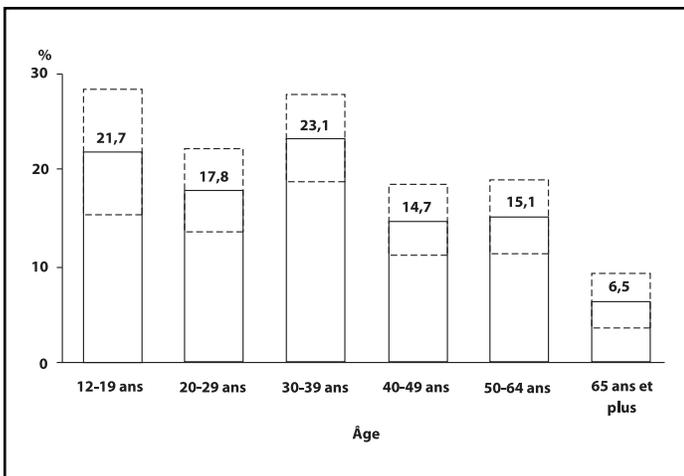
Le droit à l'alimentation, reconnu dans la Déclaration universelle des droits de l'homme, est loin d'être acquis près de 60 ans plus tard, même dans nos sociétés d'abondance. Plusieurs experts parlent à ce propos des inégalités sociales de l'alimentation.

À Montréal, ces inégalités sont palpables, tant sur le plan de la sécurité que des habitudes alimentaires. Ces deux aspects sont d'ailleurs intimement liés puisque le manque d'argent amène les citoyens à se nourrir en quantité insuffisante, mais également à se priver de certains aliments plus dispendieux, comme les fruits et les légumes frais, pourtant essentiels à une alimentation de qualité.

Ainsi, près de 50 % des citoyens à faible revenu vivent de l'insécurité alimentaire, comparativement à un pourcentage presque nul dans la catégorie de revenu élevée²¹. De plus, le quart des Montréalais défavorisés jugeaient, en 1998, avoir de moyennes ou de mauvaises habitudes alimentaires, alors que les pourcentages étaient respectivement de 13,8 % et 13,4 % pour les gens dans les tranches de revenu moyen ou élevé.

Plusieurs catégories de citoyens, faute de moyens financiers, apparaissent de ce fait plus susceptibles d'avoir une mauvaise alimentation. C'est notamment le cas des jeunes âgés de 12 à 30 ans qui représentent 40 % de la population totale souffrant d'insécurité alimentaire (graphique 4).

Graphique 4 : Proportion de la population de 12 ans et plus ayant éprouvé de l'insécurité alimentaire, selon l'âge. Montréal 2000-2001.



Source : Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes*

²¹ Statistique Canada, *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – volet montréalais, 2000-2001 : insécurité alimentaire.*

²² *Enquête sociale et de santé 1998 – volet montréalais alimentaires.*

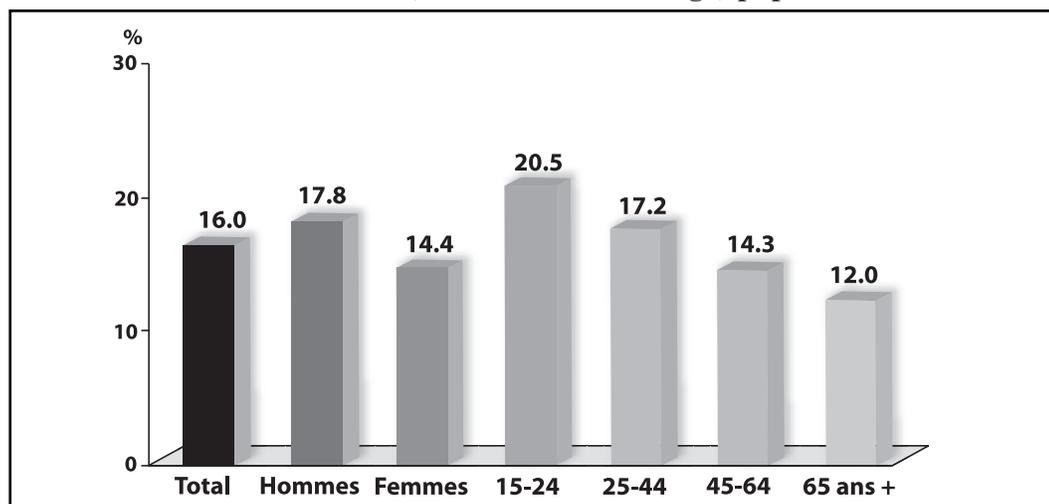
Pour ce qui est de la perception des Montréalais quant à leurs habitudes alimentaires, les 15-24 ans se démarquent encore là avec le plus fort pourcentage (20,5 %) de tous les groupes d'âge estimant avoir une alimentation inadéquate. Une impression qui décroît progressivement en fonction de l'âge (graphique 5).

Ce taux élevé chez les jeunes doit être vu en parallèle avec le marketing agressif de l'industrie alimentaire qui vante les mérites d'aliments hautement raffinés, caloriques et peu nutritifs, et cible tout particulièrement les adolescents. D'autre part, la grande accessibilité de la malbouffe à proximité et à l'intérieur des écoles, notamment, joue un rôle tout aussi déterminant. À ce propos, à l'âge de 13 ans, le quart des adolescents québécois (26 %) consomment fréquemment des repas dans les restaurants ou livrés à la maison; à l'âge de 16 ans, c'est près du tiers (29 %) ²³. En ce qui a trait à la consommation de fruits et de légumes, une mesure souvent utilisée pour

juger de la qualité de l'alimentation, les premiers résultats de l'Enquête de santé (ESCC) de 2004, démontrent que seulement 41% des enfants et des adolescents canadiens mangent au moins cinq portions de fruits et de légumes par jour. Parmi la population adulte, cette proportion est sensiblement la même. Tant chez les enfants et les adolescents que chez les adultes, une alimentation pauvre en fruits et en légumes est associée à une tendance plus forte à faire de l'obésité.

Au terme de ce bilan de santé, on peut constater l'ampleur des mauvaises habitudes de vie chez les jeunes ainsi que l'urgence d'agir. Parmi les instances et les groupes concernés par cette situation, la Ville de Montréal et les arrondissements apparaissent comme des acteurs incontournables de la promotion de saines habitudes de vie, étant donné leurs responsabilités en sport et loisir et en sécurité alimentaire.

Graphique 5 : Proportion de personnes percevant avoir de moyennes ou mauvaises habitudes alimentaires, selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et



Source : Enquête sociale et de santé 1998 – volet montréalais perception des habitudes alimentaires

²³ Institut de la statistique du Québec, *Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, 1999 – faits saillants*, coll. Santé et bien-être, p. 9.

CHAPITRE 1 : L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET LES JEUNES

Au cours des rencontres entourant la production du présent avis, les membres du comité des enjeux sociaux se sont interrogés sur plusieurs aspects du réseau public montréalais du sport et du loisir. Le présent chapitre présente donc les fruits de ces réflexions et de ces interrogations. Quels sont les responsabilités, les valeurs et les principes directeurs de la Ville et des arrondissements en sport et en loisir ? Quelle est l'offre de service destinée spécifiquement à la clientèle jeunesse ? De quelle façon les services municipaux peuvent-ils améliorer l'accessibilité et la diversité des activités offertes ? Ce sont à ces questions et à bien d'autres que le comité s'est efforcé de répondre dans cette section, qui se conclut par quelques pistes de recommandations.

Mentionnons également qu'étant donné l'étendue et la diversité des activités publiques, nous n'avons pas la prétention de broser dans ces pages un tableau complet du réseau. Nous nous sommes plutôt attardés à certaines dimensions jugées prometteuses pour stimuler l'activité physique chez les adolescents et les jeunes adultes, en insistant sur le potentiel naturel qu'offre la Ville, les pratiques et les projets novateurs.

1.1 Les sports et les loisirs publics à Montréal

Responsabilités et organisation

Entamée depuis plus de 20 ans, la décentralisation du réseau public des sports et des loisirs à Montréal est pour ainsi dire terminée. Selon cette structure, les 27 arrondissements de l'île de Montréal²⁴ apparaissent comme les maîtres d'œuvre de l'offre de service qui est faite, en raison de leurs fonctions de gestionnaires (programmation, consultation, infrastructures, gestion des parcs, etc.) et d'agents d'information et de diffusion auprès de la population. Le réseau public du sport et du loisir relève ainsi avant tout des communautés locales, soit les arrondissements et leurs partenaires, qui sont perçues comme étant les plus près de la population et donc les mieux placées pour prendre le pouls des besoins de leurs clientèles. Notons également que l'offre en sport et en loisir à Montréal repose largement sur les partenariats conclus avec des organismes à but non lucratif (OSBL). C'est ainsi que ces organismes sont responsables de 75 % de l'offre des activités publiques sur l'île, comparativement à 5 % pour les entreprises privées. L'intervention dite directe compte quant à elle pour 20 % de l'offre totale du Service du développement culturel, de la qualité du milieu de vie et de la diversité ethnoculturelle²⁵.

Si dans ses grandes lignes, l'organisation récréative est fortement décentralisée, une offre de service panmontréalaise peut s'élaborer à l'échelon des services municipaux de la ville centre. Bien que la rédaction des pouvoirs et des responsabilités du conseil d'agglomération soit toujours en chantier, on peut croire que le réseau des parcs-nature et des grands parcs urbains de même que la politique de l'élite sportive auront cette dimension panmontréalaise et relèveront, par conséquent, des instances centrales.

Engagements de la Ville de Montréal pour la pratique sportive

À la suite de la vaste consultation du Sommet de Montréal (2002) et des souhaits exprimés à cette occasion, la Ville de Montréal a entrepris la préparation d'une *Politique montréalaise du sport et du loisir*²⁶. Cette dernière a été élaborée dans l'optique de proposer des actions concrètes et d'établir des valeurs et des fondements pour guider le développement des activités sportives de la métropole. En ce qui a trait aux principes qui servent de base aux actions du conseil municipal, des arrondissements et de leurs partenaires, la politique insiste sur les cinq critères suivants : l'accessibilité, la sécurité, la qualité des aménagements et des services, la diversité et l'adaptabilité, la territorialité et la proximité²⁷. Ces critères constituent en effet la clé d'une pratique sportive accrue et sont des balises qui ont d'ailleurs servi à orienter les réflexions et les pistes de solution proposées par le CjM pour faire bouger les jeunes.

Pour ce qui est des objectifs, la politique en précise plusieurs. Ceux-ci tiennent compte de l'importance du réseau public du sport et du loisir, dont les bénéfices se répercutent dans les dimensions les plus diverses telles que l'amélioration de la qualité de vie et de la santé des citoyens et le développement économique, en passant par la prévention de problèmes sociaux, comme l'exclusion²⁸.

Les retombées positives du sport débordent largement le domaine de la santé, elles sont multidimensionnelles et relèvent de nombreuses politiques (Charte des milieux de vie montréalais, Politique de protection et de mise en valeur des milieux naturels, Charte montréalaise des droits et responsabilités). Elles interpellent en outre plusieurs services de la Ville de Montréal comme, le Service de l'urbanisme et le Service du développement culturel, de la qualité du milieu de vie et de la diversité ethnoculturelle (qui inclut entre autres la Direction des sports, des parcs et des espaces verts).

²⁴ Au moment de la rédaction de cet avis, les *défusions* de certains secteurs de la Ville de Montréal ne sont pas encore en vigueur.

²⁵ Ville de Montréal, Direction des sports, des parcs et des espaces verts, Service du développement culturel, de la qualité du milieu de vie et de la diversité ethnoculturelle. *Le sport pour tous : constats et enjeux*, p.2.

²⁶ Cette politique devait être déposée au cours de l'automne 2004, mais à l'heure actuelle elle est toujours au stade d'ébauche.

²⁷ Ville de Montréal, *Projet : la politique montréalaise du sport et du loisir. Soutenir l'art de vivre à Montréal*, Sommet de Montréal, chantier des sports et des loisirs, mai 2004, p.17.

²⁸ *Ibid*, p. 9.

Certains énoncés du Plan d’urbanisme portant sur l’amélioration de la qualité des milieux de vie nous paraissent particulièrement pertinents dans le contexte du présent avis, car ils reconnaissent la nécessité de répondre aux besoins de toutes les clientèles, notamment par le biais du plein air. Ils reconnaissent aussi que les élus municipaux sont des acteurs incontournables dans la lutte à la sédentarité, dans la mesure où ceux-ci peuvent développer l’activité physique de loisir et de transport en incitant la population à utiliser le transport actif, comme la marche, le vélo et les transports en commun. Les balises mises de l’avant dans le Plan d’urbanisme supposent, entre autres :

- ▶ des aménagements de parcs et de lieux publics qui contribuent à enrichir la qualité de l’environnement urbain, permettent un accès à la verdure et aux espaces naturels et répondent aux besoins de tous les groupes d’âge en encourageant la pratique d’activités sportives, de détente et de plein air;
- ▶ des aménagements du domaine public confortables, sécuritaires et accessibles à tous, qui privilégient les déplacements à vélo et à pied et valorisent la végétation²⁹.

À partir des notions fondamentales que nous avons énoncées précédemment, comme la tarification et la proximité des lieux de pratique, les membres du comité des enjeux sociaux se sont demandés si les loisirs et les sports destinés aux jeunes répondent aux besoins et aux goûts de ces derniers, tout en tenant compte de leur situation. Afin de répondre à cette interrogation, le comité a d’abord cru bon de s’intéresser à l’offre de service ciblant les 12-30 ans, en fonction de deux axes : les activités structurées ainsi que la pratique libre dans le réseau des parcs-nature et des grands parcs urbains de Montréal.

²⁹ Ville de Montréal, Plan d’urbanisme, *Objectif 1* : *Améliorer la qualité des milieux de vie existants*, p. 1-2.

1.2 L'offre de service municipale destinée aux jeunes

L'étude des répertoires des activités des arrondissements de la Ville pour l'année 2005-2006 permet de faire le constat suivant : l'offre de service des activités structurées est avant tout orientée vers la famille, les enfants de moins de 12 ans ainsi que les 55 ans et plus. Pour ce qui est de la clientèle jeunesse, l'offre apparaît grandement inégale pour les adolescents, pour qui les activités sont beaucoup plus nombreuses et diversifiées que pour les 18-30 ans. C'est ainsi que plusieurs cours et programmes s'adressent spécifiquement aux 12-17 ans : *body design* et étirements pour ados, Club ado, Club des jeunes, escalade, plongée sous-marine, ski alpin, planche à neige, etc.

De plus, par le biais des maisons de jeunes³⁰, dont une partie du financement est assurée par la Ville, les 12-18 ans sont appelés à participer à diverses activités qui, selon les responsables de ces lieux, sont fréquemment de nature sportive. Or, malgré cette abondance, les plus récentes données sur la fréquentation des adolescents aux activités municipales structurées démontrent que le taux de participation se situe à environ 25 % et qu'au fil des ans il décroît constamment³¹.

Le nombre de membres des fédérations sportives québécoises, jusqu'à l'âge de 15 ans chez les filles et de 14 ans chez les garçons, qui connaît une augmentation avant de chuter nettement s'explique par l'abandon de la pratique sportive durant l'adolescence, mais également, selon le CjM, par l'inadéquation de l'offre de service aux besoins de cette clientèle. Ce constat est d'ailleurs celui qui a été fait par bon nombre d'experts et d'intervenants jeunesse consultés au cours de notre étude.

Pour accroître l'activité physique chez les 12-17 ans, l'offre de service municipale devra à l'avenir tenir compte des préférences et des goûts de cette clientèle et privilégier une pratique moins encadrée, où le jeune est davantage le maître de ses choix. Toujours selon les mêmes intervenants, la notion de proximité des lieux et des installations sportives est également déterminante si l'on veut contrer le processus d'abandon de l'activité physique de loisir entre le début et la fin du secondaire.

La nécessité d'améliorer l'offre est d'autant plus capitale que les adolescents doivent s'adonner à davantage d'activité physique que la population adulte pour en retirer des bénéfices sur le plan de la santé (60 minutes par jour comparativement à 30 minutes chez les adultes). C'est de plus dans cette tranche d'âge que l'obésité juvénile a connu la hausse la plus spectaculaire chez les jeunes (de 3 % à 9 % de 1978-1979 à 2004), comme nous l'avons noté dans notre bilan de santé.

Si les activités de loisirs peuvent se caractériser par leur abondance chez les adolescents, il en est tout autrement pour les 18-30 ans alors qu'aucune activité ne leur est spécifiquement adressée; les adultes sont en effet groupés dans une seule et même catégorie. Les activités proposées sont donc le plus souvent définies en fonction des intérêts d'une clientèle plus âgée et plus nombreuse et ne sont pas nécessairement adaptées aux goûts des 18-30 ans. Les cours donnés pouvant potentiellement intéresser les jeunes apparaissent ainsi très peu nombreux et se donnent seulement dans quelques arrondissements, à l'exemple du patinage à roues alignées, du *Power Walk*³² (marche rapide), de la randonnée pédestre et du volley-ball de plage. Le même constat a d'ailleurs été fait en 2004 par le CjM dans son avis (514) *Génération 18-30 ans*, qui portait notamment sur les lieux de sociabilité des jeunes³³.

Dans la mesure aussi où les loisirs publics sont conçus de façon prioritaire pour répondre aux besoins des clientèles jugées les moins favorisées, comme les enfants et les personnes âgées, l'inclusion des 18-30 ans dans la catégorie adulte, jugée moins dans le besoin, les défavorise. Or, les jeunes adultes ont connu au cours des dernières années un appauvrissement, causé notamment par une prolongation des études. En 2004, 60,3 % des Québécois âgés de 15 à 24 ans étaient aux études comparativement à 41 % en 1976³⁴.

³⁰ Sur le territoire de Montréal, il y a 12 maisons de jeunes qui sont implantées dans huit arrondissements. La raison d'être de ces lieux est de permettre les rencontres et les échanges entre les jeunes ainsi que la participation à une variété d'activités et de projets.

³¹ Ville de Montréal, *Projet : la politique montréalaise du sport et du loisir. Soutenir l'art de vivre à Montréal*, Sommet de Montréal, chantier des sports et des loisirs, mai 2004, p. 11.

³² En anglais, dans les répertoires des activités des arrondissements de la Ville.

³³ CjM, (514) *Génération 18-30 ans : le logement, l'accessibilité aux services, les lieux de sociabilité et Actions Jeunes Citoyens*, 2004, 53 pages.

³⁴ Institut de la statistique du Québec, *Annuaire québécois des statistiques du travail. Portrait historique des principaux indicateurs du marché du travail*, vol.1, n^o 1, 1995,

Cette prolongation de la scolarité a un impact direct sur la situation financière des jeunes alors qu'elle amène un nombre croissant d'entre eux à contracter des dettes d'études. Selon une enquête de 2002 sur les conditions de vie des étudiants québécois, la dette moyenne des étudiants du collégial est de 4 083 \$ (formation générale) et de 7 036 \$ (formation technique). L'endettement moyen grimpe ensuite progressivement à 11 674 \$ pour les étudiants du 1^{er} cycle universitaire et à 16 170 \$ pour ceux du 2^e cycle, pour atteindre 20 753 \$ au 3^e cycle³⁵. Il est à noter que ces montants se résument aux dettes d'études et ne tiennent pas compte des autres dettes liées, par exemple, à l'utilisation de cartes ou de marges de crédit.

À cet allongement de la scolarité et son lot de difficultés, vient se greffer une entrée toujours plus difficile sur le marché du travail pour les jeunes adultes. Cette entrée se caractérise, en effet, par une prolifération d'emplois atypiques qui regroupent les emplois à temps partiel et à court terme, le travail contractuel et le travail indépendant. À cette difficile accession à la stabilité d'emploi, s'ajoute, pour les uns, une baisse des salaires notable au moment de l'entrée en fonction alors que, pour les autres, le chômage demeure le dernier recours. Le taux de chômage apparaît en effet plus élevé chez les jeunes que le taux québécois moyen. En outre, le travail à temps partiel a plus que doublé au Québec de 1976 (9 %) à 2004 (18,2 %), touchant principalement les femmes et les jeunes âgés de 15 à 24 ans. Parallèlement à cette croissance marquée du travail à temps partiel, le pourcentage des 15-24 ans qui occupent des emplois à temps plein a connu une chute considérable pour s'établir à 54,9 % en 2004 alors qu'il était de 85,4 % en 1976³⁶.

Les difficultés socioéconomiques des jeunes adultes, associées aux bouleversements vécus sur le marché du travail, ont eu pour conséquence de faire augmenter la proportion de jeunes vivant sous le seuil de faible revenu à Montréal, ces dernières années. Chez les 18-24 ans, le taux est passé de 33,1 % en 1990 à 37,4 % en 2000 (tableau 1), représentant de ce fait le groupe d'âge où la pauvreté est la plus forte.

Tableau 1 : Proportion de la population et des familles de Montréal vivant sous le seuil de faible revenu, 1990, 1995, 2000

Population dans les ménages privés	1990	1995	2000
6-17 ans	31,1 %	39,4 %	32,4 %
18-24 ans	33,1 %	43,9 %	37,4 %
25-44 ans	25,2 %	33,4 %	26,8 %

Source : Statistique Canada, *Recensements de 1991, 1996 et 2001*.

À la lumière de ces données, il nous semble essentiel que la Ville et les arrondissements tiennent compte de la précarité économique vécue par les jeunes adultes dans leur offre de service destinée aux 18-30 ans. La pratique d'activités de loisir est en effet largement tributaire du niveau de revenu. La plus forte proportion de personnes inactives se retrouve ainsi chez les gens à faible revenu (67,9 %) pour légèrement diminuer chez les personnes à moyen revenu (64,3 %) et atteindre son plus bas niveau chez les citoyens à revenu élevé (52 %)³⁷. Les services municipaux devront donc s'assurer de proposer des activités qui correspondent davantage aux moyens financiers et aux intérêts des jeunes adultes, afin que l'accessibilité aux loisirs ne relève plus d'un luxe, mais d'un droit.

³⁵ Aide financière aux études, *Enquête sur les conditions de vie des étudiants de la formation professionnelle au secondaire, du collégial et de l'université*, 2002, p. 112.

³⁶ Institut de la statistique du Québec, *Annuaire québécois des statistiques du travail. Portrait historique des principaux indicateurs du marché du travail*, vol. 1, n^o 1, 1995, Deuxième édition révisée et mise à jour, p. 75.

³⁷ *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes - volet montréalais, 2000-2001*. Données disponibles en ligne sur le site www.santepub-mtl.qc.ca/Portrait/Montreal/ESCC/inactif.html.

Il est à noter que chez les enfants et les adolescents, le revenu a une influence tout aussi déterminante sur la pratique d'activités de loisir puisque seulement 49 % d'entre eux s'adonnent à des sports dans les ménages dont le revenu annuel est inférieur à 40 000 \$ contre 73 % chez les jeunes vivant dans des ménages où le revenu annuel excède 80 000 \$³⁸. Somme toute, force est de constater que la promotion de l'activité physique et le défi de l'accessibilité pour tous, s'inscrivent, à l'image de l'acquisition de saines habitudes alimentaires, dans le contexte plus large d'une lutte à la pauvreté.

Réseau des parcs-nature et des grands parcs urbains (réseau vert)

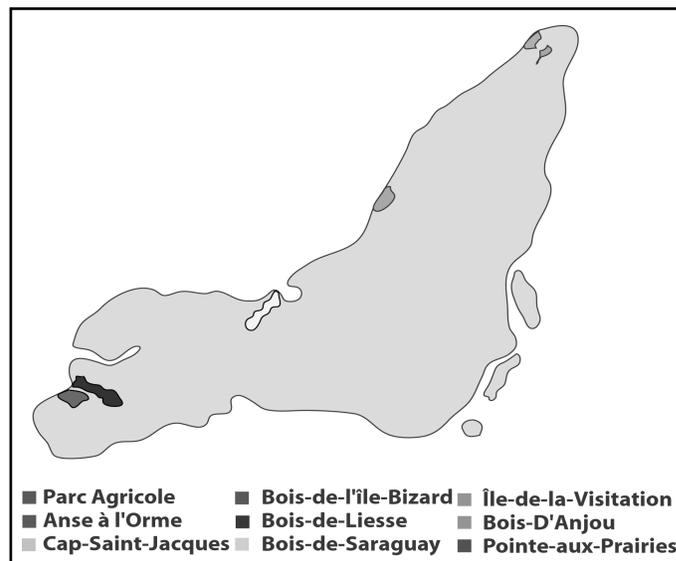
De 1979 à 1992, la Ville de Montréal a créé neuf parcs-nature, dont six sont aujourd'hui ouverts au public et gratuits : Anse-à-l'Orme, Cap-Saint-Jacques, Bois-de-l'Île-Bizard, Bois-de-Liesse, Île-de-la-Visitation et Pointe-aux-Prairies. Les parcs-nature du Bois-d'Anjou, du Bois-de-Saraguay et du parc agricole du Bois-de-la-Roche n'ont pour leur part pas été aménagés, faute de ressources financières.

Ces grands espaces naturels attirent bon nombre de Montréalais, qui peuvent s'adonner à des activités libres de plein air comme la randonnée pédestre, l'observation des oiseaux, le vélo ou encore le ski et la raquette, comme en témoignent les chiffres sur leur fréquentation pour 2004 : Cap-Saint-Jacques (400 000 visiteurs), Bois-de-l'Île-Bizard (150 000), Bois-de-Liesse (200 000), Île-de-la-Visitation (1 000 000) et Pointe-aux-Prairies (200 000)³⁹. On peut constater que le parc de

l'Île-de-la-Visitation, bien qu'il soit le plus petit des parcs (voir tableau 2), est celui qui présente le plus haut taux de visiteurs. Ce succès s'explique principalement par son accès facile à partir de la piste cyclable du boulevard Gouin et par la densité de la population dans le secteur.

Comme on peut le constater, les parcs-nature se concentrent dans le nord et l'ouest du territoire montréalais, laissant entrevoir une disparité géographique importante (voir graphique 6). Dans la mesure où la proximité et l'accessibilité des lieux conditionnent en grande partie leur taux de fréquentation, les adolescents, qui ne possèdent habituellement pas de moyens de transport motorisés, apparaissent nettement désavantagés surtout lorsqu'il s'agit de se rendre dans ces secteurs excentrés. Cette affirmation est d'ailleurs corroborée par la Direction du réseau des parcs qui estime que la clientèle adolescente est celle la moins bien servie par le réseau. Quant aux jeunes adultes, les parcs semblent davantage accessibles et adaptés à leurs besoins selon les renseignements que nous avons recueillis.

Graphique 6 : Emplacement des neuf parcs-nature de la Ville de Montréal



Source : Vincent Carignan, *La gestion des parcs-nature sur le territoire de la Ville de Montréal*, La revue en sciences de l'environnement sur le WEB, vol. 3, n^o 2, octobre 2002, p. 2.

³⁸ Présentation faite au Forum des générations par Pierre Bouchard, directeur de la Direction des sports, des parcs et des espaces verts de Montréal, *Le sport à Montréal : constats et enjeux*, 2004, p. 5.

³⁹ Étant donné que l'accès aux parcs-nature est gratuit, ces données sont des estimations faites en fonction du nombre de voitures dans les stationnements. Celles-ci nous ont été fournies par le Service des communications des parcs-nature.

Tableau 2 : Information sur les neuf parcs-nature de la Ville de Montréal

Parc Nature	Superficie (km ²)	Année de création	Catégorie de l'UICN ¹ .
Parc Agricole	1,42	1991	non désigné
Anse-à-l'Orme	0,81	1979	III
Cap-Saint-Jacques	2,88	1979	III
Bois-de-l'Île-Bizard	2,01	1990	III
Bois-de-Liesse	1,60	1979	III
Bois-de-Saraguay	0,95	1982	III
Île-de-la-Visitation	0,32	1979	non désigné
Bois-d'Anjou	0,40	1992	III
Pointe-aux-Prairies	2,61	1979	III

Source : Vincent Carignan, *La gestion des parcs-nature sur le territoire de la Ville de Montréal*, VertigO La revue en sciences de l'environnement sur le WEB, vol. 3, n^o 2, octobre 2002, p. 2.

Outre les parcs-nature, le conseil de la Ville de Montréal est aussi responsable du développement des 10 grands parcs urbains que sont le parc Angrignon, la promenade Bellerive, le Complexe environnemental de Saint-Michel, le parc des Rapides, le parc Jarry, le parc Jean-Drapeau, le parc La Fontaine, le parc Maisonneuve, le parc du Mont-Royal et le parc René-Lévesque.

Afin d'exploiter le potentiel de ces parcs situés pour la plupart dans les quartiers centraux de la ville, les acteurs du milieu municipal s'intéressent depuis peu au développement du plein air urbain. La Direction des sports, des parcs et des espaces verts a en effet entrepris des études sur l'aménagement d'un réseau de plein air en ville, en partant du constat que les activités de plein air à la campagne sont moins accessibles financièrement à la population résidant à proximité de ces parcs.

Le plein air urbain est un concept large qui peut se définir comme :

- ▶ des activités de loisirs pratiquées à l'extérieur, à proximité des milieux de vie des citoyens;
- ▶ des activités physiques stimulantes ou plus légères, comme la marche, la détente, les pique-niques;
- ▶ des activités pouvant être pratiquées de façon sécuritaire, librement, sans contraintes d'horaire et d'accès facile;
- ▶ des activités d'évasion ou de découverte qui peuvent comporter des apprentissages culturels ou scientifiques⁴⁰.

Parmi les objectifs poursuivis par ce réseau, notons la volonté de compléter la gamme de services pour mieux répondre aux besoins récréatifs qui sont déjà en partie satisfaits dans les parcs de quartier (piscines, terrains de soccer, de basket, de tennis, etc.), en proposant « des expériences diversifiées, de nouveaux défis⁴¹ ». Ces nouveaux défis peuvent emprunter diverses formes comme les parcours multiactivités, où l'on peut passer du vélo au kayak au cours d'une même expédition, par exemple.

La notion d'aventure associée au projet de la Direction des sports, des parcs et des espaces verts nous apparaît prometteuse quant à son potentiel d'attraction, tant auprès des adolescents que des jeunes adultes. La demande pour les activités de plein air connaît au Québec une croissance toujours plus grande à laquelle, nous semble-t-il, il importe de répondre. Les possibilités d'aménager des parcours interparcs et des activités d'aventure qu'offre le réseau vert nous semblent tout particulièrement intéressantes pour le vélo, d'autant plus que c'est chez les 18-34 ans que cette activité est la plus populaire puisque ce groupe compte 44 % du total des adeptes⁴².

De telles activités supposent une logistique et des investissements financiers importants afin d'assurer leur visibilité et leur succès, mais elles offrent l'avantage d'être beaucoup moins coûteuses que des infrastructures comme des aréas et des piscines, par exemple. En outre, Montréal présente une situation géographique privilégiée pour stimuler la pratique du loisir de plein air, avec ses parcs et ses plans d'eau, tant l'été que l'hiver. Nous aurons d'ailleurs l'occasion d'y revenir dans notre section sur les activités hivernales.

À cette dimension géographique s'ajoutent le savoir-faire et l'expertise déjà acquise dans le réseau des grands parcs de même que la disponibilité d'une main-d'œuvre montréalaise formée en loisir de plein air. Le collège Saint-Laurent compte ainsi parmi les trois établissements d'enseignement au Québec⁴³ qui offrent un programme d'étude en tourisme d'aventure comprenant plusieurs volets, soit l'animation, les certifications de premiers soins, la gestion, etc.

⁴⁰ Ville de Montréal, Service du développement culturel, de la qualité du milieu de vie et de la diversité ethnoculturelle, Direction des sports, des parcs et des espaces verts, *Vers un réseau d'accès au plein air urbain : faire le plein de nature... en ville. Projet : Accès au plein air urbain*, novembre 2004, p. 3.

⁴¹ *Ibid.*, p. 4.

⁴² Réseau de veille en tourisme, *Dernière tendance en matière de tourisme de plein air*, chaire de tourisme, École des sciences de la gestion UQAM, 6 octobre 2004, p. 2

⁴³ Outre le collège Saint-Laurent, le collège de Gaspé et l'Université de Chicoutimi offrent tous deux des programmes en tourisme d'aventure.

Baignade et activités nautiques proposées par le réseau vert

Situés sur le pourtour de l'île de Montréal, les parcs-nature et certains grands parcs urbains donnent déjà aux Montréalais des accès privilégiés à l'eau. À l'heure actuelle, la baignade est ainsi possible dans les parcs-nature du Cap-Saint-Jacques et du Bois-de-l'Île-Bizard, tous deux situés dans l'ouest de l'île, et à la plage du parc Jean-Drapeau. Cette dernière est d'ailleurs accessible à vélo ou en patins à partir de la piste cyclable du canal de Lachine.

Les tarifs permettant d'avoir accès à ces plages varient selon les endroits, l'âge et le moment de la journée. Certains rabais sont aussi consentis aux détenteurs d'un laissez-passer saisonnier ou de la carte Accès Montréal ainsi qu'aux familles et aux groupes. L'entrée est gratuite pour les enfants de moins de cinq ans, mais aucun tarif *étudiant* ou *jeunesse*, ciblant les jeunes adultes 18-30 ans, n'est offert (voir le tableau 3). La nécessité d'offrir un tarif *jeunesse* pour les activités publiques à Montréal a d'ailleurs fait l'objet d'une recommandation dans l'avis du CjM (514) *Génération 18-30 ans*.

Divers partenaires de la Ville offrent dans certains parcs riverains, outre la baignade, un service de location d'équipement de plein air permettant aux Montréalais de pratiquer, selon les endroits, des activités nautiques telles que le canot, le kayak, le pédalo et la planche à voile. Parmi les parcs-nature, seul Cap-Saint-Jacques offre ce service à un tarif unique qui est de 8 \$ ou de 10 \$ l'heure, selon l'embarcation. Deux grands parcs urbains rendent également possible la pratique des sports nautiques, le parc Jean-Drapeau et le parc des Rapides.

Au parc Jean-Drapeau, le service de location est assuré par un OSBL proposant des prix qui s'échelonnent de 14 \$ l'heure pour une planche à voile ou un kayak à 22 \$ pour un dériveur. Des rabais respectifs de 2 \$ et de 3 \$ sont également accordés aux détenteurs de la carte Accès Montréal ou d'un passeport saisonnier de même que des forfaits de groupe pour les activités de plein air qui, notons-le, s'adressent avant tout aux enfants d'âge primaire.

En raison de sa géographie exceptionnelle qui donne accès aux rapides de Lachine, le parc des Rapides apparaît non seulement comme l'un des plus développés sur le plan des sports nautiques, mais également l'un des mieux adaptés aux goûts des adolescents et des jeunes adultes.

Tableau 3 : Tarification des plages de l'île de Montréal à la journée, été 2005

Plages	Tarif normal	Autres prix
Bois-de-l'île-Bizard Cap-Saint-Jacques	4,50 \$ (de 18 à 59 ans) 2,25 \$ (après 17h)	Moin de 5 ans : Gratuit Jeune (de 6 à 17 ans) : 3 \$ (1,50 après 17h) Famille : 13 \$ Groupe : 3,50 \$ (tarif normal) - 2 \$ tarif réduit Aîné : 3 \$ (1,50 \$ après 17h)
Jean Drapeau	4,50 \$ (14 ans et plus) 2,25 \$ (après 16h)	Moin de 5 ans : Gratuit Enfant (de 6 à 13 ans) : 3 \$ (2,50 après 16h) Famille : 19 \$ Groupe : 2,75 \$ (minimum de 20 personnes) Carte Accès Montréal : 5,50 \$ (tarif normal) 2,75 \$ (de 6 à 13 ans)

Sources: <http://www.parcjeandrapeau.com/activités/plage.asp>, www.ville.montreal.qc.ca et les renseignements obtenus auprès de l'accueil du parc-nature du Bois-de-l'Île-Bizard.

Sous l'égide de la Corporation du Pôle des rapides, un OSBL qui regroupe des acteurs privés et publics du Sud-Ouest intéressés à promouvoir les attraits récréotouristiques de l'arrondissement, le parc offre la possibilité de pratiquer de la voile et du kayak. Depuis 1992, on peut aussi s'adonner au rafting, à des prix relativement peu élevés pour ce type de loisir. Pour une descente en rafting par exemple, il en coûte 32 \$ avant taxes pour les jeunes âgés de 13 à 18 ans, comparativement à 38 \$ pour les adultes; pour des groupes de plus de 12 personnes, le prix descend à 26 \$ pour les jeunes et à 30 \$ pour les adultes. Si les moins de 18 ans peuvent se prévaloir d'un tarif *étudiant*, tel n'est cependant pas le cas des 18-30 ans qui doivent déboursier le plein prix.

En plus de poursuivre l'objectif de multiplier les activités qui demandent un accès aux plans d'eau, la Ville fournit depuis quelques années de vastes efforts pour favoriser, cette fois, les activités sur les rives. C'est dans cette optique que plusieurs pistes cyclables et aires de pique-nique ont été aménagées en bordure de l'eau. Il existe enfin dans le réseau deux bases de plein air urbain situées dans les parcs-nature du Cap-Saint-Jacques et du Bois-de-Liesse. Les services qui y sont offerts, été comme hiver, s'adressent surtout aux enfants âgés de moins de 12 ans.

Le Montréal bleu

Étant donné son caractère insulaire, ses nombreux plans d'eau et surtout ses 75 km de berges et ses 11 îles⁴⁴, Montréal présente un potentiel récréatif inestimable pour la population. Jusqu'à il y a une quinzaine d'années, cette richesse n'avait cependant pas été mise en valeur comme le témoigne, entre autres, la conception des parcs riverains qui étaient alors orientés vers l'intérieur. Au début des années 1990, on assiste toutefois à un mouvement pour l'appropriation des berges, de l'eau et des îles du territoire. Cette volonté se traduit à l'échelle municipale par la naissance du Montréal bleu, qui obtient le soutien de plusieurs partenaires formant le Réseau bleu.

Groupant divers partenaires favorables à l'exploitation des activités en rives, parmi lesquels on compte les gouvernements provincial et fédéral, le Réseau bleu est une plate-forme de communication dont le mandat est d'informer la population. Selon l'information que nous avons obtenue, ce réseau vit en ce moment une phase de structuration et dresse parallèlement un inventaire des ressources pour permettre un développement concerté et optimal du potentiel riverain de l'île sur les plans récréotouristique, commercial et résidentiel. Plusieurs objectifs sont poursuivis par le Montréal bleu et ses partenaires, notamment en ce qui a trait à la pratique sportive :

- ▶ Améliorer l'environnement et la qualité de vie des citoyens.
- ▶ Accroître l'attrait touristique de Montréal et de sa région.
- ▶ Créer des fenêtres sur l'eau et des lieux d'accès aux rives ceinturant Montréal.
- ▶ Offrir une gamme d'activités reliées à l'eau, comme la pêche, la baignade, des circuits nautiques pour les plaisanciers, des services de navette, des activités d'observation de la nature, des circuits de randonnées pédestres ou cyclistes, etc.
- ▶ Favoriser le nautisme et la navigation de plaisance.
- ▶ Restaurer les rives, protéger les habitats fauniques qu'elles abritent et veiller à la qualité de l'eau et des cours d'eau.

⁴⁴ Données disponibles sur le site officiel de la Ville de Montréal : www.ville.montreal.qc.ca.

On peut le constater, ces visées sont élaborées dans une perspective de développement durable⁴⁵ respectueuse du patrimoine naturel montréalais.

Site nautique Sophie-Barat

Le projet pilote du site nautique Sophie-Barat est né en 2003 de la volonté de certains acteurs locaux de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville de mettre en valeur le potentiel nautique de la rivière des Prairies, par le biais d'un centre de location de kayaks de mer et de canots. Tour à tour pilotée par la Corporation de développement économique communautaire de l'arrondissement (CDEC) et l'Association récréotouristique d'Ahuntsic-Cartierville (ARAC), l'implantation de ce site a été rendue possible grâce à un partenariat conclu avec l'école secondaire Sophie-Barat, afin de permettre une utilisation maximale du lieu et des équipements, par une clientèle diversifiée de surcroît.

Selon cette entente, les élèves pouvaient en effet bénéficier, à l'intérieur du volet activités nautiques inclus dans le programme d'éducation physique de l'école, des embarcations restaurées par l'équipe du site durant la période scolaire. À partir de la fin de juin jusqu'à la fin de l'été, les résidents du quartier avaient un accès à l'eau et aux embarcations à moins de cinq minutes de la station de métro Henri-Bourassa. Les prix associés à la location étaient abordables et comparables à ceux en vigueur dans les parcs-nature soit : 10 \$ pour une heure et 28 \$ pour la journée.

Opérationnel en 2003 et en 2004, le site nautique s'est révélé intéressant à plusieurs niveaux. D'abord, il a permis à la population de découvrir un plan d'eau important du territoire de Montréal qui offre une vue exceptionnelle, en plus d'exploiter un créneau sportif très peu développé à Montréal : les activités nautiques de plein air. L'expérience s'est de plus révélée particulièrement populaire auprès de la clientèle jeunesse, comme en témoignent les taux de participation en fonction de l'âge de 2004 : 16 %

(moins de 20 ans), 26 % (21-30 ans), 28 % (31-40 ans), 22 % (41-50 ans) et 8 % (51 ans et plus)⁴⁶. Les moins de 30 ans comptaient ainsi pour 42 % du total des participants. Ces données montrent aussi le fort potentiel d'attraction de ce type d'activité auprès d'un large éventail de groupes d'âge.

Cet intérêt de la population pour les activités nautiques se vérifie en outre par les résultats d'un sondage du Réseau de veille en tourisme et d'Écho Sondage portant sur les activités de plein air chez les adultes québécois en 2004. Selon ce dernier, le kayak et le canot figurent, aux côtés du camping et de la randonnée en nature, parmi les activités en nette croissance et en émergence chez les Québécois⁴⁷. Toujours selon la même source, 20 % des Québécois ont fait la découverte d'une nouvelle activité de plein air à l'été 2004. De ce nombre, 15 % ont pratiqué du canot et du kayak pour la première fois⁴⁸.

Par ailleurs, le site nautique Sophie-Barat a montré qu'il est possible d'exploiter le potentiel récréatif d'un secteur sans pour autant faire fi des préoccupations environnementales de protection des milieux naturels. Le projet a en effet mérité, en 2004, la palme d'or du Service de l'environnement de Montréal. Bien que les études sur le sujet soient pour le moment à peu près inexistantes, les échos que nous avons eus de la part des acteurs locaux du sport et du loisir dans les arrondissements nous laissent croire que la pratique d'une activité physique présentant une dimension de découverte écologique peut être des plus attrayantes pour la clientèle jeunesse.

⁴⁵ Le développement durable suppose « un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures de répondre aux leurs ».

Ville de Montréal, *Projet : la politique montréalaise du sport et du loisir. Soutenir l'art de vivre à Montréal*, Sommet de Montréal, chantier des sports et des loisirs, mai 2004, p. 20.

⁴⁶ Ces taux de participation ont été obtenus auprès de l'ARAC.

⁴⁷ Réseau de veille en tourisme. *La pratique d'activités de plein air chez les Québécois*, chaire de tourisme, École des sciences de la gestion UQAM, 15 septembre 2004, p. 3.

⁴⁸ *Ibid.*

En dépit de son potentiel récréatif et d'un certain succès remporté auprès de la population, grâce surtout à son accessibilité physique et financière et à son intégration au tissu urbain, le site a dû surseoir à ses activités pour la saison 2005 afin de se réorganiser après deux ans d'exploitation. Cet arrêt des activités s'explique par le manque de ressources financières pour faire une promotion adéquate du site.

L'interruption aura en outre révélé que pour réussir, une initiative comme celle-là doit être soutenue par les élus et une campagne publicitaire bien orchestrée, dans le but non seulement de se faire connaître, mais également de faire tomber les préjugés entretenus quant à la qualité de l'eau. Ces derniers font en sorte que les citoyens de l'île, plus précisément ceux de l'est, n'ont pas d'accès physique au fleuve même si « la qualité de l'eau en rive autour de Montréal s'est nettement améliorée, respectant les normes de baignade dans un grand nombre de cas⁴⁹ ». L'aménagement de plages pour les résidants aurait pour conséquence d'améliorer grandement la qualité du milieu de vie des citoyens, spécialement au cours des périodes de canicule qui sont de plus en plus nombreuses à Montréal.

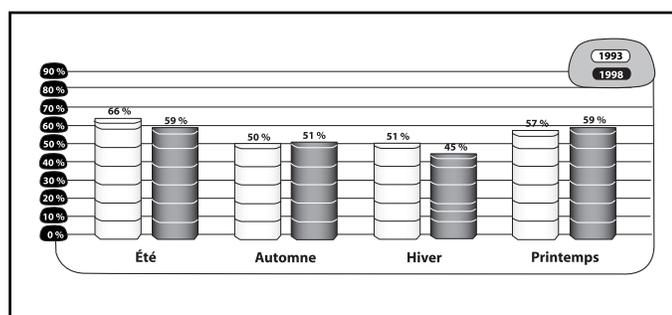
⁴⁹ La qualité de l'eau est évaluée selon les tests réalisés par le Réseau de suivi du milieu aquatique (RSMA) de la Ville de Montréal. Conseil régional de l'environnement de Montréal, 27 juillet 2005 – *des accès à l'eau dans l'Est de Montréal, en toute sécurité et sans danger pour la santé, c'est possible !* p. 1.

1.3 Les activités hivernales

Si l'âge et le revenu ont une influence primordiale sur le taux de pratique sportive, comme on a pu le constater dans le bilan de santé, on peut affirmer la même chose des saisons. C'est sans surprise que l'on constate, dans le graphique 7, que les pourcentages de gens actifs sont plus hauts l'été (66 % en 1993 et 59 % en 1998) et au printemps (57 % en 1993 et 59 % en 1998), pour ensuite chuter à l'automne et en hiver pour les deux années de référence. Devant ce constat, il importe donc de stimuler, d'une part, l'émergence de nouvelles activités et de renforcer, d'autre part, les pratiques déjà établies pour que Montréal devienne une véritable ville d'hiver.

À ce chapitre, les parcs-nature représentent une ressource inestimable grâce à leurs 90 km de pistes de ski de fond⁵⁰ et à la présence d'un centre de location de skis dans chacun. Les prix du tarif adulte, qui commence à 13 ans, vont de 7 \$ pour une heure à 17 \$ pour la journée. Les enfants de 12 ans et moins et les 55 ans et plus bénéficient quant à eux de tarifs réduits. Les parcs-nature Pointe-aux-Prairies et Bois-de-Liesse offrent aussi la location de raquettes; des tarifs réduits s'adressent encore là aux moins de 12 ans et aux 55 ans et plus.

Graphique 7 : Évolution du pourcentage d'actifs, selon la saison (15 ans et plus, Québec 1993 et 1998)



Source : B. Nolin, D. Prud'homme et G. Godin, *Rapport de l'Enquête québécoise sur l'activité physique et la santé de 1998*, Québec, Santé Québec, Institut de la statistique du Québec et Kino-Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, gouvernement du Québec, 2000.

Étant donné son potentiel et les ressources existantes, le réseau des parcs pourrait servir de base au développement de parcours multiactivités, passant de la raquette au ski de fond par exemple, et d'activités de plein air adaptées aux jeunes, comme le biathlon et l'*orientering* (course d'orientation).

Très populaire en France, en Suisse et en Suède, mais peu développé ici, l'*orientering* est une activité au cours de laquelle les participants sont amenés, à l'aide de cartes et de boussoles, à chercher des indices et à choisir la meilleure stratégie pour parvenir aux buts fixés. Cette activité offre l'avantage de s'adapter facilement aux différents groupes d'âge de même qu'aux capacités sportives de chacun. Le parc du Mont-Royal présenterait, à titre d'exemple, un site de choix pour une telle course comportant divers degrés de difficulté.

L'*orientering* représente somme toute une formule intéressante d'activités structurées de plein air à faible coût permettant, entre autres, la pratique du ski de fond et de la raquette, deux activités toujours plus populaires au Québec. Le ski de fond connaît, en effet, une croissance nette dans tous les groupes d'âge, alors que 15 % de la population s'y adonne, tandis que la raquette est une pratique en émergence avec un taux de participation de 6 %⁵¹.

Aux côtés des activités en croissance dont nous venons de parler, cohabitent des sports qui, comme le hockey (6 %) et le patin à glace (11 %), demeurent populaires chez les 15 ans et plus⁵². Faute de données sur le sujet, nous ne sommes malheureusement pas en mesure de présenter ici les activités les plus prisées par les 12-14 ans. On peut néanmoins postuler que les résultats seraient approximativement semblables à ceux des adultes.

En ce qui a trait aux patinoires extérieures de hockey, un projet de Jacques Brisebois⁵³, contremaître à la Division des parcs dans l'arrondissement de Mercier-Hochelaga-Maisonneuve, nous semble particulièrement digne de mention. À la suite d'une

⁵⁰ Chiffres donnés sur le site officiel de la Ville au www.ville.montreal.qc.ca, section Gestion des parcs et politiques.

réflexion sur le rendement des patinoires extérieures faites de bandes en bois, plusieurs problèmes ont été soulevés. Parmi ceux-ci, la faible durée des composantes, le coût élevé des réparations, en matériaux et en temps, et la qualité de la glace qui laisse souvent à désirer. Ces imperfections de la glace sont souvent reliées aux « surfaces où sont installées les patinoires qui sont souvent inégales, ce qui complique l'assemblage des bandes afin de réduire les aspérités⁵⁴ ». La couleur foncée des bandes concourt-elle aussi à diminuer la qualité et la durée de vie de la glace ?

Pour remédier à ces problèmes, le document en question recommande l'installation de patinoires permanentes en fibre de verre. Celles-ci présentent plusieurs avantages comme une meilleure durée de vie des matériaux, un ancrage plus solide, une diminution des frais, puisqu'elles n'ont pas entre autres à être montées et démontées, ainsi qu'une qualité de glace accrue pour une plus longue période.

La patinoire de fibre de verre permet, par ailleurs, une maximisation du site, qui peut être utilisé à longueur d'année. La base bétonnée de la patinoire peut ainsi se transformer, l'été venu, en terrain de roller hockey ou encore en piste de patins à roues alignées, deux activités pour lesquelles la demande est forte. La surface bétonnée peut également devenir un terrain multisports, il suffit d'ajouter des poteaux amovibles pour le basket-ball, par exemple. À Montréal, les arrondissements de Lachine et de Ville-Marie possèdent pour l'instant de telles patinoires, selon l'information dont nous disposons. L'expérience est d'ailleurs concluante d'après le Service des loisirs de l'arrondissement de Lachine qui n'a enregistré aucune plainte des usagers.

⁵¹ Réseau de veille en tourisme, *Dernières tendances en matière de tourisme de plein air*, chaire de tourisme, École des sciences de la gestion de l'UQAM, 6 octobre 2004, p. 2.

⁵² *Ibid.*, p. 3.

⁵³ Jacques Brisebois, *Projet de patinoires extérieures sur base bétonnée*, 1999, 14 pages.

⁵⁴ *Ibid.*, p. 4.

1.4 L'activité physique de transport

Dans le contexte du présent avis, nous nous sommes jusqu'à présent intéressés à l'activité physique de loisir et au rôle que les élus municipaux peuvent jouer pour favoriser cette pratique. Dans la dernière partie, nous abordons une nouvelle dimension : l'activité physique de transport. Celle-ci est d'autant plus importante que près de 20 % des activités pratiquées par les personnes dites actives y sont directement attribuables⁵⁵. Compte tenu de notre mode de vie, c'est à la fois « par l'activité de loisir et de déplacement qu'il est possible d'agir pour augmenter la pratique quotidienne d'activités physiques, d'où l'importance pour la population d'avoir accès à des environnements qui favorisent ces activités et d'être encouragée à les utiliser⁵⁶ ». Le milieu municipal apparaît à cet égard, étant donné ses responsabilités en aménagement du territoire, un chef de file de premier choix pour amener la population à adopter des moyens de transport actifs comme la marche, le vélo et les transports en commun.

Le transport actif comporte de nombreux avantages, comme celui d'intégrer la pratique sportive au quotidien en réduisant les obstacles liés au manque de temps et à l'accessibilité pas toujours adéquate des lieux sportifs. Il offre également un fort potentiel de régularité sportive en plus d'être accessible à tous, sans égard au revenu.

Outre ces avantages, plusieurs constats quant à la pratique d'activités physiques de transport appuient la nécessité pour les élus municipaux de créer davantage d'environnements non motorisés. Selon l'enquête Origine-Destination de 2003, la motorisation a connu une augmentation de 10 % dans la région métropolitaine au cours des dernières années. Les données les plus récentes révèlent qu'environ 55 % de la population adulte ne marche pas pour se déplacer tandis que 14 % s'adonne à cette activité moins d'une heure par semaine⁵⁷. Du côté de la population juvénile, le manque d'activités et la hausse des problèmes de poids sont intimement liés, selon les chercheurs, au fait qu'un nombre toujours grandissant de jeunes ne se déplacent pas à pied pour aller à l'école. Les déplacements à vélo, quant à eux,

même s'ils ont enregistré une hausse ces dernières années, demeurent avant tout associés aux périodes de loisirs alors que seulement 6 % de la population utilise le vélo comme moyen de transport principal⁵⁸.

Selon les experts que nous avons consultés, il y a un gros travail à faire à Montréal pour permettre aux citoyens d'intégrer l'activité physique dans leurs déplacements quotidiens. Au nombre des problèmes perçus, citons « la géométrie déficiente de plusieurs carrefours, la quasi-absence de feux prioritaires et les entraves quotidiennes pour lesquelles aucune règle claire n'existe⁵⁹ ». À ceux-ci, s'ajoutent un déneigement inadéquat des trottoirs, un arrimage qui fait défaut entre le réseau cyclable et les points de service des transports collectifs ainsi que l'absence d'infrastructure pour transporter des bicyclettes dans les trains et les autobus.

De plus, bien que Montréal ait remporté le titre de ville cycliste par excellence en Amérique du Nord en 1999 et en 2001⁶⁰, son réseau cyclable apparaît aujourd'hui déficient à plusieurs endroits en raison des faibles investissements consentis pour son entretien et son développement. Il n'existe pas non plus, à l'heure actuelle au sein de l'appareil municipal, de plan d'ensemble pour le vélo et de service s'occupant spécifiquement de cette question.

⁵⁵ Denis Hamel, Bertrand Nolin, Gaston Prud'homme et Gaston Rodin, *Enquête québécoise sur l'activité physique et la santé*, 1998, p. 83.

⁵⁶ Kino-Québec, *Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger*, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, gouvernement du Québec, 2005, p. 6.

⁵⁷ *Ibid.*, p. 9.

⁵⁸ Réseau de veille en tourisme, *Le vélo, pour reprendre goût aux déplacements urbains*, chaire de tourisme, École des sciences de la gestion UQAM, 4 juin 2004, p. 2.

⁵⁹ Vélo Québec Association, *Étude publique du portrait et des diagnostics du Plan de transport de Montréal : les observations de Vélo Québec*, 1^{er} septembre 2005, p. 5.

⁶⁰ Ces titres ont été décernés par la revue *Bicycling Magazine* dans les numéros de mars 1999 et de novembre 2001.

De nombreuses villes s'efforcent de promouvoir l'activité physique de transport, depuis quelques années, afin de réduire la pollution et les irritants reliés à la circulation automobile tout en favorisant la pratique sportive. Tel est notamment le cas de Paris, où la Régie autonome des transports parisiens (RATP) a, entre autres, implanté des voies réservées bus-vélo qui n'existent pas à Montréal. Cette initiative comporte le double avantage d'être plus sécuritaire pour les cyclistes et d'accroître l'efficacité des transports en commun. Étant donné la popularité du vélo chez les jeunes au Québec, on peut croire que le développement de ces voies, à proximité des établissements d'enseignement par exemple, aurait pour conséquence de stimuler le transport actif parmi ce groupe. De tels aménagements devraient, en outre, être appuyés par une augmentation du nombre de stationnements de vélos, actuellement surtout concentrés dans le centre-ville de Montréal⁶¹.

Le remplacement des voies cyclables saisonnières par des voies permanentes, comme celle en direction de l'Université McGill, représente une autre mesure peu coûteuse qui aurait l'avantage d'être généralisée dans les arrondissements. Les voies permanentes supposent en effet seulement une signalisation et un marquage au sol, à même la chaussée. Une fois le chasse-neige passé, la chaussée devient utilisable pour les cyclistes.

Les déplacements par les transports collectifs à Montréal ont enregistré, depuis cinq ans, une croissance plus élevée (8 %) que ceux en automobile (5 %)⁶². En dépit de ce constat, les efforts à déployer restent nombreux pour étendre et améliorer le réseau, surtout lorsqu'on constate que seulement 20 % des déplacements des Montréalais se font en autobus, en métro ou en train.

La ville de Portland, en Oregon, nous semble à ce chapitre un exemple dont Montréal pourrait s'inspirer. Le réseau de transport y apparaît comme l'une des pièces maîtresses du plan de développement de la ville, établi sur une période de 40 ans⁶³. Les investissements qui y ont

été consentis, depuis quelques années, sont considérables, mais ils portent déjà leurs fruits alors que les transports en communs gagnent toujours plus d'adeptes. Cette popularité a amené une diminution de la congestion automobile et de la pollution parallèlement à une augmentation de la qualité de vie. Le centre-ville a même connu un regain économique. Bien qu'il soit encore trop tôt pour le dire, il y a fort à parier que des bénéfices sur le plan de la santé seront aussi enregistrés. Autre fait intéressant, les autobus de Portland sont munis de dispositifs permettant de loger des bicyclettes et aussi d'offrir un service de transport adapté aux personnes handicapées. Ces infrastructures représentent, selon le CjM, une autre solution prometteuse pour favoriser une pratique sportive accrue chez les jeunes Montréalais.

⁶¹ Le Plan d'accessibilité et de mobilité vélo au centre-ville prévoyait en effet, pour l'année 2005, l'ajout de 1000 places de stationnements pour vélos dans le centre financier de Montréal.

⁶² Agence Métropolitaine de Transport, *enquête Origine-Destination (2003)* disponible sur le site : www.amt.qc.ca/od2003.

⁶³ Les données suivantes sont tirées d'un reportage diffusé au cours de l'émission *Dimanche magazine* du 16 octobre 2005 à la radio de Radio-Canada, disponible en ligne au : www.radio-canada.ca/actualite/v2/dimanchemag/niveau2_5004.shtml.

1.5 Les recommandations

En tant que fournisseurs de services et propriétaires de lieux récréatifs, la Ville de Montréal et les arrondissements ont la responsabilité d'offrir des activités qui répondent aux goûts et aux besoins de la clientèle jeunesse. Dans un contexte où la sédentarité paraît être le lot d'une tranche toujours plus grande de jeunes, avec les conséquences que l'on connaît sur la santé, et devant la mobilisation de nombreux acteurs en vue d'une pratique sportive régulière, le comité des enjeux sociaux estime que la Ville doit tout mettre en oeuvre pour maximiser les ressources existantes et créer de nouvelles avenues.

Pour ce faire, les membres du comité proposent plusieurs recommandations qui s'orientent selon les axes suivants : publicité, partenariat, services adaptés et accessibles aux jeunes, plein air urbain et activité physique de transport.

Publicité

Le manque de connaissance quant aux services offerts par la Ville apparaît comme une barrière importante à l'accroissement de la pratique sportive chez les jeunes. L'accès aux ressources suppose, en effet, une meilleure connaissance des services, ce qui fait défaut à l'heure actuelle, à notre avis. Pour améliorer la visibilité des activités s'adressant spécifiquement à la clientèle jeunesse, le conseil souhaite que la Ville fasse davantage de publicité et de promotion auprès de cette clientèle, notamment par la mise sur pied :

- ▶ d'événements, comme des journées portes ouvertes, entourant l'implantation de nouveaux sites et équipements sportifs destinés à la clientèle jeunesse;
- ▶ de rubriques d'information attrayantes destinées spécifiquement aux jeunes sur le site officiel de la Ville de Montréal.

De façon générale, le CjM croit en la nécessité :

- ▶ d'accroître la publicité auprès des organismes, des établissements et des lieux fréquentés par la population jeunesse, soit les maisons de jeunes et autres organismes communautaires servant la population jeunesse, les écoles, le métro, les autobus, etc.

Partenariat

Dans leur offre de service de loisir et de sport, la Ville de Montréal et les arrondissements comptent de nombreux partenaires, notamment les organismes communautaires. Dans le but de tirer le plus grand profit du savoir-faire et de la connaissance fine que ces organismes ont de leurs clientèles, le CjM croit primordial pour la Ville :

- ▶ de soutenir financièrement et de façon plus récurrente les initiatives et les projets novateurs émergeant du milieu et s'adressant spécifiquement aux jeunes et tout particulièrement aux 18-30 ans qui représentent la clientèle la moins bien servie sur le plan récréatif.

La Ville compte également parmi ses partenaires privilégiés des écoles et des commissions scolaires. À l'avenir, le CjM estime :

- ▶ que ces liens devraient être renforcés et encouragés puisqu'ils donnent une occasion incomparable à la Ville de joindre facilement les adolescents dans les lieux qu'ils fréquentent;
- ▶ qu'il faudrait favoriser, auprès de la clientèle scolaire, les prêts de locaux, d'infrastructures, d'équipements sportifs et de lieux dont la Ville est dépositaire;
- ▶ que les commissions scolaires et la municipalité pourraient maximiser leurs ressources respectives en proposant des échanges à coûts marginaux et une offre de service complémentaire et continue auprès des jeunes.

Le CjM recommande enfin que des ententes de partenariat soient conclues et encouragées, dans une perspective de développement durable et concerté, avec des partenaires communautaires et privés afin de bénéficier de l'expertise de ces derniers, particulièrement en matière de plein air urbain.

Services adaptés et accessibles aux jeunes

Pour répondre adéquatement aux besoins récréatifs de la clientèle jeunesse, le CjM estime qu'il serait tout indiqué :

- ▶ de mettre en place un réseau de veille en matière sportive et des mécanismes de consultation renforcés auprès des acteurs locaux afin de saisir l'évolution et d'anticiper les besoins futurs des jeunes;
- ▶ de proposer des services moins structurés pour les 12-17 ans dans des lieux plus chaleureux et moins formels pour stimuler les échanges et donner aux participants une plus grande marge de manœuvre dans le choix des activités;
- ▶ d'offrir des services qui tiennent compte des horaires de travail des jeunes adultes qui sont de plus en plus atypiques, en offrant une plus grande gamme d'activités, à la fois libres et structurées, à des heures et à des moments variés de la semaine;
- ▶ de cibler l'implantation, pour les 18-30 ans, d'un plus grand nombre d'activités intéressantes et mieux réparties à la grandeur du territoire, comme la randonnée pédestre, le volley-ball, le *Power Walk*, la plongée sous-marine et l'escalade, comme le CjM l'a d'ailleurs recommandé en 2004;
- ▶ d'étudier la possibilité de créer de nouvelles plages, notamment dans l'est de l'île;
- ▶ d'étudier le concept de terrains multisports permettant la pratique du patin l'hiver et de sports variés l'été.

Étant donné la précarité économique d'un grand nombre de jeunes à Montréal, pour qui le manque d'argent est l'une des raisons les plus souvent invoquées pour ne pas pratiquer une activité offerte par la Ville, le CjM réitère les demandes formulées dans son avis (514) *Génération 18-30 ans*, soit :

- ▶ d'étudier la possibilité d'offrir à brève échéance un tarif *jeunesse* pour les 18-30 ans pour toutes les activités sportives et de loisirs, sans égard à leur statut;
- ▶ de faire la promotion de la carte Accès Montréal auprès des jeunes puisque celle-ci permet de bénéficier de rabais intéressants.

Plein air urbain

Compte tenu de l'émergence des activités de plein air chez les jeunes, tout particulièrement chez les 18-30 ans, le CjM propose à la Ville diverses mesures.

- ▶ L'acquisition d'espaces naturels dans l'est de l'île dans le but de mettre sur pied des activités récréatives à proximité des gens de ce secteur.
- ▶ L'aménagement à moyen terme du parc-nature du Bois-d'Anjou.
- ▶ La mise en place d'un réseau de plein air dans les quartiers centraux de Montréal.
- ▶ L'implantation de parcours multiactivités dans le réseau des parcs-nature répondant au désir d'aventure des jeunes et permettant de relever des défis.
- ▶ La création de liens interparcs pour permettre la mise en œuvre d'activités plus longues et dont le degré de difficulté est plus élevé, notamment des activités nautiques, du vélo, du ski de fond et de la raquette.

Enfin, le CjM encourage la Ville à soutenir les projets novateurs, comme le site nautique Sophie-Barat, qui se développent dans le créneau du plein air.

Activité physique de transport

Par le biais d'aménagements facilitants, la Ville a le pouvoir d'influer largement sur la pratique d'activités physiques de transport, c'est-à-dire la marche, le vélo et l'utilisation des transports en commun. En ce sens, le CjM croit en l'importance :

- ▶ de favoriser un arrimage plus adéquat entre le réseau des transports en commun et les pistes cyclables;
- ▶ que la Société de transport de Montréal offre à moyen terme un tarif *réduit* pour tous les jeunes de 18 à 30 ans, faisant fi de leur statut, tel qu'il a été recommandé antérieurement par le CjM;
- ▶ de munir les autobus et les trains de dispositifs permettant d'y loger des bicyclettes;
- ▶ d'implanter des stationnements de vélos à proximité des lieux fréquentés par les jeunes;
- ▶ de créer des pistes cyclables et des voies réservées bus-vélo aux abords des établissements scolaires pour amener les jeunes à intégrer la pratique sportive à leur quotidien, et ce, de façon sécuritaire;
- ▶ de financer davantage l'entretien du réseau cyclable qui représente à certains endroits un risque élevé de danger pour les usagers;
- ▶ de favoriser l'implantation de voies cyclables permanentes sur tout le territoire;
- ▶ d'assurer un meilleur déneigement des trottoirs durant la période hivernale pour favoriser la marche.

En terminant, le Conseil encourage la Ville à se munir d'un plan vélo d'ensemble qui fait actuellement défaut, dans l'optique d'assurer un développement optimal et mieux concerté du réseau cyclable.

CHAPITRE 2 : L'ALIMENTATION À MONTRÉAL

Dès le début des travaux portant sur l'alimentation et les jeunes, le comité des enjeux sociaux a senti le besoin de clarifier les rôles de chacun des acteurs en sécurité alimentaire, soit le milieu municipal, les commissions scolaires, la Direction de la santé publique et le milieu communautaire. À la suite de cette réflexion, il est apparu que le mandat de la Ville en sécurité alimentaire consiste, dans une large part, à soutenir les initiatives du milieu communautaire, mandat qui n'exclut cependant pas que la Ville puisse jouer un rôle de leader ou de modèle dans certains domaines. C'est notamment le cas pour ce qui est de créer des environnements qui favorisent une saine alimentation chez les jeunes. En raison du pouvoir de réglementation et de la possibilité de faire appliquer les lois qu'ont les élus municipaux, ils disposent, comme nous le verrons dans les pages qui suivent, d'un important potentiel de création de milieux sains.

Dans ce chapitre, il sera d'abord question des grandes orientations et des actions de la Ville en sécurité alimentaire. Nous présenterons dans un deuxième temps les enjeux et les difficultés que pose l'accès pour tous à une alimentation de qualité et en quantité suffisante. Le lecteur trouvera enfin quelques pistes de solution afin d'agir sur les milieux de vie et de favoriser une meilleure alimentation pour les jeunes et l'ensemble des citoyens.

2.1 Les actions de la Ville en sécurité alimentaire : des mesures d'urgence aux solutions durables

D'entrée de jeu, il importe de noter qu'il existe très peu de ressources alimentaires d'urgence à Montréal qui s'adressent spécifiquement à la clientèle jeunesse. Les seuls organismes qui le font sont, à notre connaissance, *Dîners-rencontres Saint-Louis-de-Gonzague*, par le biais de centres de jour et de soir, *Le roc*, *Aide aux jeunes* et *Bon Dieu dans la rue*. Ceux-ci desservent plus ou moins la même clientèle : les jeunes de moins de 30 ans, démunis, itinérants ou marginalisés, dont plusieurs présentent des problèmes de toxicomanie et de santé mentale. L'action alimentaire de ces OSBL relève clairement du dépannage alimentaire qui constitue d'ailleurs souvent la porte d'entrée d'un jeune exclu vers d'autres ressources de l'organisme. Comme plusieurs intervenants du milieu communautaire nous ont confié, les jeunes, dans la mesure où ils ne vivent pas dans la rue, préfèrent plutôt se tourner vers des ressources qui s'adressent à des populations adultes moins vulnérables. Somme toute, l'insécurité alimentaire, tout comme les ressources disponibles en sécurité alimentaire, transcende les âges, et c'est dans cette optique que nous tracerons un portrait global de la sécurité alimentaire à Montréal.

Avant d'aller plus loin, il nous semble pertinent de définir ce qu'est la sécurité alimentaire. Celle-ci suppose un « accès en tout temps et en toute dignité à un approvisionnement alimentaire suffisant et nutritif, à un coût raisonnable et acceptable sur le plan social et culturel, de même qu'un pouvoir d'achat adéquat et un accès à une information simple et fiable qui confère des habiletés et qui permet de faire des choix alimentaires éclairés⁶⁴ ». On le voit, la sécurité alimentaire s'intéresse autant à la quantité qu'à la qualité de l'alimentation. Plusieurs organismes communautaires ajoutent à cette définition utilisée dans les milieux de la santé les notions d'autonomie et de souveraineté alimentaires qui sous-tendent l'idée d'un pouvoir d'achat accru par le biais d'une action solidaire et collective.

Les principaux bailleurs de fonds en sécurité alimentaire à Montréal, la Direction de la santé publique, Centraide et la Ville, ont versé au total une somme avoisinant les six millions de dollars. Du côté de la Ville seulement, cette aide s'est chiffrée pour 2005 à près d'un million par le biais de contributions dans le cadre du contrat de ville surtout⁶⁵.

Le dossier de la sécurité alimentaire, qui constitue un des objectifs prioritaires du développement social, s'articule à la Ville selon cinq grandes orientations : la promotion de l'accès à la sécurité alimentaire pour tous à l'échelle locale et régionale, l'élaboration de solutions de rechange au dépannage alimentaire ainsi que le soutien à l'agriculture urbaine. L'amélioration de l'accès à des aliments de qualité et la promotion des connaissances détenues par la Ville en matière d'alimentation viennent compléter le tableau⁶⁶. Ces objectifs se traduisent par des actions sur le terrain, comme nous le verrons à présent brièvement. Étant donné l'ampleur du mandat de la Ville en sécurité alimentaire dans les aspects les plus divers, nous avons privilégié certains thèmes plutôt que d'autres, en fonction d'un critère, l'importance des activités.

⁶⁴ Table de concertation sur l'alimentation de Villeray, *Récoltes solidaires et alimentaires. Histoire de la Table de concertation sur l'alimentation de Villeray et portrait des différents projets*, 2005, p. 3.

⁶⁵ Cette information nous a été fournie par le responsable de la sécurité alimentaire à la Division du développement social.

⁶⁶ Division du développement social, *Plan de travail 2005 du dossier en sécurité alimentaire de la Division du développement social – Document de travail*, 2005.

Concertation

Parmi les mandats de la Ville en sécurité alimentaire, on peut d'abord noter des actions de concertation et de réseautage qui se traduisent, entre autres, par la présence de celle-ci au comité *Nourrir Montréal*⁶⁷, créé tout récemment. Rattaché à la Conférence régionale des élus de l'île de Montréal (CRE), ce comité intersectoriel est né du désir exprimé par les acteurs présents à l'échelle du territoire de se donner une instance permettant :

- ▶ de créer une synergie entre les acteurs engagés dans la réduction des inégalités sociales;
- ▶ de partager des connaissances sur le plan de la sécurité alimentaire;
- ▶ de déterminer les enjeux de la sécurité alimentaire dans la région de Montréal;
- ▶ d'influer sur les politiques à tous les échelons;
- ▶ de faire connaître les pratiques et les initiatives en sécurité alimentaire⁶⁸.

Nourrir Montréal sera donc l'occasion pour une large coalition, comme la Ville, les milieux de la santé et des affaires, les syndicats et autres, de réfléchir sur la sécurité alimentaire et les enjeux qu'elle soulève, et ce, en fonction de quatre paramètres : la concertation, l'information, la sensibilisation et la représentation⁶⁹.

Solutions de rechange au dépannage alimentaire et promotion de l'agriculture urbaine

L'un des principaux objectifs poursuivis par le Développement social de la Ville de Montréal consiste à soutenir les initiatives du milieu qui proposent des solutions de rechange au dépannage alimentaire. Tout en reconnaissant l'importance de telles mesures, la Ville souhaite mettre au point des solutions durables au problème de l'insécurité alimentaire, au-delà des situations d'urgence. Cette volonté se traduit sur le terrain par le soutien financier et logistique de certains projets, comme les Magasins-Partage, les groupes d'achat et les cuisines collectives. La Ville contribue, en outre, au développement de l'agriculture urbaine par le biais des jardins communautaires et collectifs ainsi que les jardins sur les toits.

Depuis la création du premier Magasin-Partage en 1986, dans le quartier de Villeray, la Ville soutient financièrement ce projet communautaire. Les Magasins-Partage, aujourd'hui au nombre de 19 sur le territoire montréalais, offrent notamment des denrées non périssables, des produits d'hygiène, de la viande et des produits laitiers durant la période de Noël. Certains d'entre eux, qui ont les installations nécessaires, proposent même des fruits et des légumes. Depuis 2003, le Regroupement des Magasins-Partage de l'île de Montréal (RMPIM) sert également bon nombre de ménages à l'occasion de la rentrée scolaire, en procurant des fournitures scolaires pour les enfants. L'expansion et la diversification des opérations des Magasins-Partage sont possibles grâce au soutien de plusieurs groupes : le milieu communautaire, les commerçants, les institutions publiques et parapubliques, les résidants et les participants eux-mêmes.

⁶⁷ Mentionnons l'existence d'un premier comité *Nourrir Montréal*, implanté en 1990 par la Ville. La coalition de 2005 apparaît plus large que celle créée antérieurement par la Ville.

⁶⁸ *Nourrir Montréal, Règlements généraux : Projet*, septembre 2005, p. v.

⁶⁹ *Nourrir Montréal, Cadre de référence pour la mise sur pied de Nourrir Montréal. Document de travail*, 24 août 2005, p. 7.

En échange de denrées et de fournitures, les Magasins-Partage demandent une contribution volontaire de 10 % du coût réel de l'épicerie aux personnes qui bénéficient de leurs services. Ce mode de fonctionnement permet de dépasser la simple charité tout en donnant aux gens la possibilité de choisir leurs denrées comme dans une véritable épicerie, ce qui n'est pas le cas des services de dépannage. Selon les chiffres du RMPIM, la clientèle des Magasins-Partage est composée à 80 % d'enfants de 4 à 17 ans⁷⁰. Les données disponibles ne nous permettent toutefois pas de savoir quelle proportion les adolescents représentent. Notons enfin que la contribution de la Ville aux Magasins-Partage constitue la plus grande part du budget alloué par la Division du développement social à un projet de sécurité alimentaire.

Les groupes d'achat constituent une autre avenue soutenue en partie par la Ville pour agir de façon plus durable sur la sécurité alimentaire des citoyens. Ceux-ci offrent l'avantage d'agir sur le pouvoir d'achat des citoyens, à longueur d'année. Il existe plusieurs formules de groupes d'achat. Celles qui nous paraissent particulièrement porteuses sont : les groupes coopératifs et les collectifs d'achat des groupes communautaires.

Le principe à la base de ces groupes est simple : en se regroupant, les citoyens augmentent leur pouvoir d'achat et font des économies substantielles sur toutes les denrées alimentaires. Ainsi, par le biais d'un groupe coopératif d'achat, composé d'un minimum de 15 à 20 personnes, les économies réalisées peuvent être de l'ordre de 50 %⁷¹. En outre, les groupes coopératifs d'achat s'approvisionnent autant que possible chez les producteurs locaux, ce qui concourt à augmenter la qualité des aliments tout en favorisant l'agriculture locale.

D'après les renseignements que nous avons

obtenus auprès du milieu communautaire, les groupes coopératifs d'achat sont peu soutenus financièrement par la Ville. Ce sous-financement non récurrent ne permet pas l'embauche des personnes-ressources nécessaires à leur bon fonctionnement. Dans ce contexte, ces groupes ont une courte durée de vie, malgré leurs avantages notables.

Pour 2005, la Ville a octroyé au Groupe-ressource du Plateau-Mont-Royal une subvention de 50 000 \$ dans le but d'engager une personne-ressource pour promouvoir les collectifs d'achat auprès des groupes communautaires qui œuvrent en sécurité alimentaire à Montréal. Ce projet pilote est né de la volonté du Groupe-Ressource et de Moisson Montréal d'accroître, par la force du nombre, le pouvoir d'achat des OSBL. Le projet est encore au stade d'ébauche, mais les options possibles d'un tel regroupement, allant d'une simple liste de prix mise à la disposition des organismes à l'implantation d'une coopérative solidaire d'achat, seront présentées aux partenaires communautaires en janvier 2006. La Ville aurait, selon nous, avantage à soutenir une coopérative solidaire d'achat, dans le cas bien entendu où cette formule serait retenue par les membres du milieu communautaire.

La Ville de Montréal a soutenu, ces dernières années, le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ) qui compte plus de 326 membres à l'échelle de la province. Selon le RCCQ, les besoins en cuisines collectives sont énormes, dans la mesure où elles brillent par leur absence dans plusieurs quartiers de Montréal. L'un des problèmes majeurs qui se pose est le manque de locaux. Bien que la Ville ne dispose pas de cuisines industrielles, selon nos informations, elle pourrait néanmoins faciliter l'implantation de cuisines en fournissant les locaux nécessaires aux rencontres préparatoires qui ont lieu avant les ateliers de cuisine comme tels. Elle pourrait de plus favoriser l'embauche d'animatrices de cuisine qui transmettent des compétences culinaires en se promenant d'un groupe à l'autre. En soutenant davantage ces initiatives, la Ville contribuerait par la

⁷⁰ RMPIM, *Portrait socio-économique des citoyens servis à l'occasion de Noël*, 2003.

⁷¹ Données obtenues auprès du Groupe-Ressource du Plateau-Mont-Royal, pionnier des groupes d'achat au Québec.

même occasion à favoriser l'acquisition de connaissances culinaires chez les jeunes, puisque les 18-29 ans représentent près du quart des participants (24 %) aux cuisines collectives.

La Ville apparaît enfin comme un leader dans le développement de l'agriculture urbaine, le territoire de Montréal comptant pas moins de 13 000 jardins communautaires. Ces lieux donnent la possibilité aux gens qui n'ont pas accès à un lopin de terre de faire pousser leurs légumes et leurs fines herbes, sous les conseils d'animateurs formés dans ce domaine. Les objectifs poursuivis par ces jardins sont nombreux, notamment en ce qui a trait à l'amélioration de l'environnement et à l'intégration de personnes qui présentent des problématiques sociales particulières.

Toujours à propos de l'agriculture urbaine, la Ville a octroyé une subvention de 20 000 \$ à l'organisme *Alternatives* pour implanter un jardin sur le toit de la Télé-université dans le quartier du Plateau-Mont-Royal. Le verdissement des toits à Montréal a d'ailleurs fait l'objet d'une étude approfondie au CjM, qui sera publiée sous forme d'avis au courant de l'hiver 2006.

2.2 Les constats et les défis de la sécurité alimentaire à Montréal

À la suite de nos recherches, nous avons constaté que plusieurs situations contribuent à restreindre l'accès à une alimentation adéquate pour plusieurs citoyens montréalais. La question de l'accessibilité représente le plus grand défi que doivent relever les élus municipaux en matière de sécurité alimentaire, un enjeu qui se révèle d'ailleurs tout aussi crucial que dans le domaine du sport et du loisir, comme nous avons pu le voir dans le premier chapitre du présent avis.

L'absence de grandes chaînes d'alimentation dans certains quartiers de la ville, dont l'arrondissement de Ville-Marie, constitue l'un des problèmes majeurs en ce qui a trait à l'accessibilité. En fait, l'accès à des denrées diversifiées et de qualité implique pour plusieurs Montréalais l'obligation de se déplacer vers des secteurs mieux servis en alimentation. Or, ce déplacement soulève de nombreux problèmes pour les citoyens qui, très souvent, n'ont pas de moyen de locomotion. Cette affirmation apparaît d'autant plus vraie pour les personnes dont la mobilité est rendue plus difficile. On peut, à cet égard, penser au casse-tête que représente faire le marché loin de la maison pour une mère de famille qui doit amener ses enfants et porter les paquets.

À cette première contrainte s'ajoute une autre non moins importante : le facteur temps. Par conséquent, les citoyens des zones délaissées s'approvisionnent plus souvent qu'autrement dans les dépanneurs, où le choix est restreint, les denrées sont de piètre qualité et, de surcroît, offertes à des prix plus élevés que dans les supermarchés. On le voit, l'accessibilité à une nourriture adéquate est indissociable d'un autre paramètre : la proximité des points de service.

Le dénombrement des marchés publics à Montréal laisse entrevoir des disparités géographiques quant à l'accessibilité des denrées fraîches, comme les fruits et les légumes, qu'on y trouve. Il existe actuellement sur le territoire montréalais quatre principaux marchés : les marchés Jean-Talon, Atwater, Maisonneuve et de Lachine. Ces marchés publics, implantés dans des quartiers plutôt modestes, sont respectivement situés dans le nord, le sud, l'est et l'ouest du territoire, en plus d'être facilement

accessibles à pied pour les résidents de ces secteurs. Ils offrent, en outre, les avantages d'être, d'une part, bien desservis par les transports en commun et, d'autre part, judicieusement intégrés au tissu urbain, facteur qui explique en grande partie leur popularité croissante.

Les marchés publics permettent aux consommateurs de réaliser des économies intéressantes sur des produits frais, particulièrement en période de récoltes, dans la mesure où le nombre d'intermédiaires y est substantiellement réduit. À ces quatre grands marchés, s'ajoutent 24 marchés de quartier secondaires et de dimensions variables, dont seulement sept vendent des produits alimentaires de producteurs maraîchers du Québec⁷².

Étant donné le rôle primordial joué par ces marchés dans l'augmentation de la qualité, de la fraîcheur et de la diversité des aliments offerts, il y aurait lieu, à notre avis, d'augmenter la diversité des denrées offertes dans les marchés de quartier existants et d'en implanter d'autres à la grandeur du territoire. Ces marchés se concentrent en effet dans un très petit périmètre qui couvre principalement le Vieux-Montréal et le centre-ville. La formule des marchés itinérants, généralisée en France, pourrait de plus constituer une avenue intéressante afin de mieux servir les quartiers périphériques. Ces marchés viendraient alors compléter et parfaire les services offerts par les grands marchés publics. En outre, comme l'a noté avec justesse le député de Marquette, pour la réouverture du marché de Lachine, l'intérêt des marchés publics déborde largement le domaine de la santé et de l'alimentation : « La revitalisation du marché public de Lachine [...] contribue au dynamisme socio-économique du secteur du Vieux-Lachine, en plus de renforcer le sentiment d'appartenance au milieu et d'améliorer la qualité de vie des résidentes et des résidents⁷³ ».

⁷² Ces marchés sont : les marchés du Vieux-Montréal, du Square-Phillips, du Square-Saint-Louis, Jean-Brillant, Mont-Royal, Place-Jacques-Cartier et Saint-Jacques. Les 17 autres marchés de quartier de Montréal se spécialisent dans la vente de fleurs et de plantes. Pour plus d'information, voir le site Internet de la Corporation de gestion des marchés publics de Montréal au www.marchespublics-mtl.com.

⁷³ Allocution du député de Marquette à l'Assemblée nationale, M^c François Ouimet, à l'occasion de l'inauguration du marché de Lachine après d'importants travaux en vue notamment d'en faire un marché ouvert à l'année.

Toujours sur le plan de l'accessibilité, les intervenants en sécurité alimentaire que nous avons consultés s'entendent pour dire qu'il y a un manque de ressources dans certains secteurs de la Ville. Cette situation est attribuable à l'idée préconçue que les quartiers dans lesquels sont situés ces secteurs sont bien nantis, à l'exemple du quartier d'Ahuntsic. Dans ce cas précis, la prospérité apparente des citoyens cache pourtant des données beaucoup plus sombres : 33,6 % des jeunes âgés de 12 à 17 ans et près de 40 % de ceux de 18 à 24 ans vivent sous le seuil de faible revenu⁷⁴. La proximité des ressources alimentaires apparaît d'autant plus capitale en situation d'urgence, alors qu'on peut penser que les personnes confrontées au problème de la faim n'ont pas les moyens financiers de se déplacer.

Outre les problèmes d'accès à une alimentation saine, on peut également observer la présence d'environnements qui, à l'inverse, favorisent l'acquisition de mauvaises habitudes alimentaires, particulièrement dans les lieux que fréquentent les adolescents. L'accès à la *malbouffe* est ainsi grandement facilité par le foisonnement de chaînes de restauration rapide à proximité des établissements scolaires, sans compter que près des trois quarts des écoles ont déjà leur propre *fast food* à l'heure qu'il est.

Loin de se cantonner à l'extérieur des écoles, la *malbouffe* est même disponible à l'intérieur des murs : dans les cafétérias et les machines distributrices. À cet égard, il importe de préciser que, des cinq commissions scolaires présentes sur l'île de Montréal, seule la Commission scolaire de Montréal (CSDM) dispose d'une politique alimentaire stricte⁷⁵, une première au Québec. Somme toute, si la gestion interne des écoles relève des commissions scolaires, la Ville peut agir de son côté sur l'environnement immédiat des lieux en recourant, par exemple, à des incitations fiscales pour encourager l'implantation de restaurants qui proposent des menus santé.

La présence d'aliments malsains dans les environnements des jeunes trouve un écho dans

d'autres sphères importantes de leur vie : les lieux sportifs et de loisirs. Cet accès facile à de mauvais aliments est de toute évidence incompatible avec la mission poursuivie par ces lieux. On ne peut inciter les jeunes à bouger en leur proposant, du même souffle, des aliments néfastes pour leur santé. Comme nous l'avons mentionné dans cet avis, les bonnes habitudes alimentaires et la pratique régulière d'activités physiques constituent deux volets indissociables de l'acquisition de saines habitudes de vie.

Dans ce contexte, les élus auraient tout avantage à instaurer dans les lieux qui sont sous leur responsabilité une politique faisant la promotion d'aliments de qualité. Cette politique pourrait inclure d'autres lieux municipaux très populaires chez les jeunes, comme les institutions scientifiques de la Ville (Biodôme, Jardin botanique, Insectarium et Planétarium). La Ville de Montréal, en vertu de son importance parmi les acteurs interpellés par l'amélioration de la santé chez les jeunes, se doit d'être un leader en la matière. L'élaboration d'une telle politique semblerait bien s'inscrire dans cette voie.

⁷⁴ Direction de santé publique de Montréal, *Projet jeunesse montréalais. Tableau de suivi d'indicateurs PJM : indicateurs relatifs à la pauvreté*, novembre 2002.

⁷⁵ Cette politique alimentaire suppose, en outre, l'interdiction de friture dans les cafétérias et de friandises dans les machines distributrices des 33 écoles secondaires sous sa compétence. En matière de sécurité alimentaire, la CSDM bénéficie d'une somme de 2,5 millions du fonds de lutte à la pauvreté du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) permettant d'offrir aux élèves du secondaire de milieux défavorisés une réduction du prix des aliments. La CSDM investit aussi une somme supplémentaire de 1,2 million en sécurité alimentaire (www.csdm.qc.ca).

2.3 Les recommandations

En fonction des pouvoirs de la Ville et du constat en sécurité alimentaire à Montréal, les membres du comité des enjeux sociaux ont formulé quelques pistes de recommandation. Celles-ci se divisent en trois catégories : la création d'environnements sains pour les jeunes, l'accessibilité et la proximité accrues de ressources et de denrées alimentaires appropriées ainsi que le renforcement du soutien à des projets et à des innovations en sécurité alimentaire.

Environnements sains pour les jeunes

Étant donné la grande disponibilité de la *malbouffe* à proximité et à l'intérieur des lieux fréquentés par la clientèle jeunesse, notamment dans les endroits qui sont de compétence municipale, il apparaît urgent pour les élus de l'île de privilégier diverses mesures. Parmi celles-ci, le CjM recommande à la Ville et aux arrondissements :

- ▶ de se donner une politique de nourriture saine dans les installations et lieux dont ils sont dépositaires tels que les arénas, les centres sportifs, les parcs-nature, les institutions scientifiques, etc.;
- ▶ de s'assurer qu'aucune publicité dans ces endroits ne fasse la promotion d'aliments et de mode de vie malsains;
- ▶ de stimuler, par le biais d'incitations fiscales, l'établissement de restaurants proposant des menus santé en périphérie des écoles secondaires.

De façon générale, le CjM suggère à la Ville de Montréal d'adopter à moyen terme une politique globale de sécurité alimentaire dans l'optique de mieux coordonner ses actions en la matière.

Accessibilité et proximité

Afin de contrer les inégalités sociales de l'alimentation à Montréal, le CjM croit à l'impérative nécessité pour la Ville de favoriser la proximité et l'accès à des denrées de qualité de même qu'à des ressources alimentaires adéquates pour tous les citoyens, sans égard à leur âge. Les recommandations suivantes devraient être examinées avec soin :

- ▶ favoriser l'implantation de supermarchés dans les secteurs délaissés, par le biais de mesures fiscales avantageuses;
- ▶ créer des marchés publics ou itinérants dans chacun des arrondissements dans l'optique d'offrir des denrées fraîches;
- ▶ offrir des services de dépannage alimentaire dans tous les secteurs de Montréal, notamment dans les quartiers d'Ahuntsic et ceux de l'ouest du territoire;
- ▶ informer plus adéquatement les citoyens de l'existence de ressources alimentaires, par le truchement, entre autres, des publications des arrondissements.

Projets et innovations

Considérant les connaissances, les savoir-faire et les innovations qui émergent du milieu communautaire et des citoyens, le CjM estime qu'il est du mandat de la Ville et des arrondissements d'appuyer, dans certains cas de façon plus récurrente, les organismes qui élaborent des projets et des innovations liés à la sécurité alimentaire, notamment :

- ▶ les groupes coopératifs d'achat, en leur fournissant des locaux municipaux non utilisés et un soutien financier accru pour permettre l'embauche d'une personne-ressource, selon les besoins exprimés;
- ▶ les collectifs d'achat auprès de groupes communautaires, qui favorisent la création de liens avec les producteurs locaux;
- ▶ les cuisines collectives, en mettant à leur disposition des locaux, afin de leur permettre de jouer pleinement leur rôle dans la transmission de connaissances et de savoir-faire culinaires, aux jeunes notamment.

Devant l'ampleur de l'insécurité alimentaire vécue dans la métropole, situation reliée à la pauvreté croissante, le CjM propose d'accroître la part du budget attribuée à la Division du développement social, responsable du dossier de la sécurité alimentaire.

CONCLUSION

L'acquisition de saines habitudes de vie chez les jeunes pose de toute évidence de nombreux défis aux acteurs interpellés par la hausse de l'obésité, des problèmes de santé, de la sédentarité et de l'insécurité alimentaire à Montréal. Le défi le plus notable auquel doivent faire face la Ville de Montréal et les arrondissements est de faciliter l'accès des jeunes aux loisirs et à une alimentation de qualité en quantité suffisante. Ce problème d'accès en sous-tend par ailleurs un autre, celui de la pauvreté croissante à Montréal, particulièrement chez les jeunes.

La présence d'obstacles à la pratique sportive régulière et à la sécurité alimentaire ne doit toutefois pas faire oublier que Montréal possède aussi de nombreux atouts favorables à de saines habitudes de vie, notamment sur les plans de sa géographie, des savoir-faire et des innovations mises au point par les milieux qui oeuvrent dans les domaines du sport, du loisir et de la sécurité alimentaire. Par le biais de cet avis, le Conseil jeunesse de Montréal espère avoir fourni des solutions novatrices et inspirantes aux élus municipaux. Le CjM souhaite également que la Ville de Montréal, conformément à l'importance de son statut au Québec, devienne un leader et un exemple dans le développement d'environnements sains qui concourent à augmenter la pratique sportive et la sécurité alimentaire chez les jeunes.

Au cours des prochaines années, les défis à relever en sport et en alimentation seront de taille pour Montréal. Pour avoir des chances de réussir, il faudra en outre augmenter la part du budget allouée à ces secteurs. Ces augmentations de coût ne doivent cependant pas être envisagées comme des dépenses, mais plutôt des investissements... pour l'avenir.

BIBLIOGRAPHIE

AGENCE MÉTROPOLITAINE DE TRANSPORT.
Enquête Origine-Destination (2003).
www.amt.qc.ca/od2003.

AIDE FINANCIÈRE AUX ÉTUDES. *Enquête sur les conditions de vie des étudiants de la formation professionnelle au secondaire, du collégial et de l'université*, 2002, 357 p.

ALTERNATIVES et SANTROPOL ROULANT.
Le jardin sur le toit, 2004, 10 p.

ALTERNATIVES et SANTROPOL ROULANT.
Des jardins sur les toits : des nouveaux espaces pour la communauté, 3 p.

« À table. Pour une politique de sécurité alimentaire », *Bulletin de la table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain*, Édition spéciale, novembre 2004, 8 p.

BRISEBOIS, Jacques. *Projet de patinoires extérieures sur base bétonnée*, 1999, 14 p.

CARIGNAN, Vincent. « La gestion des parcs-nature sur le territoire de la Ville de Montréal », *Vertigo La revue en sciences de l'environnement sur le WEB*, vol. 3, n^o 2, octobre 2002, 12 p.

Répertoire de ressources alimentaires pour personnes à faible revenu du Grand Montréal, 2003, Centre de référence du Grand Montréal, 117 p.

CHEVALIER, Sylvie et Nathalie RATTÉ.
Chronique prévention en pratique médicale - Informations aux médecins. Prévention de l'obésité et du surplus de poids, www.santepub-mtl.qc.ca/mdprevention/chronique/2005/13062005.html, 11 p.

CHEVALIER, Sylvie et Nathalie RATTE.
Chronique prévention en pratique médicale - Informations aux médecins, <http://www.santepub-mtl.qc.ca/mdprevention/chronique/2005/02052005.html>, 4 p.

(514) *Génération 18-30 ans : le logement, l'accessibilité aux services, les lieux de sociabilité et Actions Jeunes Citoyens*, 2004, CJM, 53 p.

Chronique Prévention en pratique médicale. Un problème de santé publique : la hausse de la prévalence de l'obésité au Canada, au Québec et à Montréal, [en ligne] <http://www.santepub-mtl.qc.ca/mdprevention/chronique/2005/18042005.html>, 2005, 7 p.

Propositions du Conseil régional de l'environnement de Montréal au Sommet de Montréal sur les Loisirs, Sports, Parcs et espaces verts, Montréal, 17 avril 2002, Conseil régional de l'environnement de Montréal, 6 p.

Des accès à l'eau dans l'Est de Montréal, en toute sécurité et sans danger pour la santé, c'est possible !, 27 juillet 2005, Conseil régional de l'environnement de Montréal, 2 p.

L'amélioration des saines habitudes de vie chez les jeunes. Recommandations présentées au ministre de la Santé et des Services sociaux. Proposition du 12 mai 2005, Équipe de travail pour mobiliser les efforts de prévention, 40 p.

Agriculture urbaine et sécurité alimentaire, [en ligne] <http://www.fao.org/newsroom/fr/news/2005/102877.html>, 2005, FAO, 3 p.

HAMEL, Denis, Bertrand NOLIN, Gaston PRUD'HOMME et Gaston RODIN.
Enquête québécoise sur l'activité physique et la santé, 1998, 137 p.

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC.
Annuaire québécois des statistiques du travail.
Portrait historique des principaux indicateurs du
marché du travail, vol. 1, n° 1, 1995,
Deuxième édition révisée et mise à jour.

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC.
Résumé - Enquête sociale et de santé auprès des
enfants et des adolescents québécois,
1999 faits saillants, collection Santé et bien-être, 10 p.

KINO-QUÉBEC. *Aménageons nos milieux de vie*
pour nous donner le goût de bouger, ministère de
l'Éducation, du Loisir et du Sport, gouvernement du
Québec, 2005, 34 p.

KINO-QUÉBEC. *L'activité physique, déterminant*
de la santé des jeunes, avis du comité scientifique de
Kino-Québec, Secrétariat au loisir et au sport,
ministère de la Santé et des Services sociaux,
gouvernement du Québec, 2000, 24 p.

KINO-QUÉBEC. *Stratégies éprouvées et promet-*
teuses pour promouvoir la pratique régulière
d'activités physiques au Québec, avis du comité
scientifique de Kino-Québec, ministère des Affaires
municipales, du Sport et du Loisir, gouvernement du
Québec, 2004, 32 p.

MONTRÉAL VERT, Université McGill.[en ligne]
http://www.ecomontreal.mcgill.ca/old_projects/plan-vert/index.html.

NOURRIR MONTRÉAL. *Cadre de référence pour*
la mise sur pied de Nourrir Montréal, Document de
travail, 24 août 2005, 9 p.

NOURRIR MONTRÉAL, *Règlements généraux :*
Projet, septembre 2005, XV p.

OMS. *Obésité: prévention et prise en charge de*
l'épidémie mondiale. Rapport d'une consultation de
l'OMS, Genève, 284 p.

PLEIN SOLEIL. REVUE DE DIABÈTE QUÉBEC.
Été 2004, 50 p.

REGROUPEMENT DES MAGASINS-PARTAGE
DE L'ÎLE DE MONTRÉAL. *Bilan de la Campagne*
de la rentrée scolaire 2005, 16 p.

REGROUPEMENT DES MAGASINS-PARTAGE
DE L'ÎLE DE MONTRÉAL. *Bilan de la Campagne*
de Noël 2004, 20 p.

RÉSEAU DE VEILLE EN TOURISME. *Le vélo,*
pour reprendre goût aux déplacements urbains,
chaire de tourisme, École des sciences de la gestion
UQAM, 4 juin 2004, 2 p.

RÉSEAU DE VEILLE EN TOURISME.
Dernières tendances en matière de tourisme de plein
air, chaire de tourisme, École des sciences de la
gestion UQAM, 6 octobre 2004, 4 p.

RHÉAUME, Anne. *Vas-y, fais-le pour toi !*,
Programme gouvernemental de promotion des
saines habitudes de vie, *Coup d'oeil*, Printemps
2005, p. 1.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sociale et de*
santé 1998 - volet montréalais : excès de poids, 2 p.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sociale et de*
santé 1998 - volet montréalais, 2 p.

STATISTIQUE CANADA. «ez les enfants et les
adultes », *Le Quotidien*, Édition du mercredi
6 juillet 2005, 7 p.

STATISTIQUE CANADA. *Recensement de 1996,*
Tableau de suivi d'indicateurs PJM. Indicateurs
relatifs à la pauvreté.

STATISTIQUE CANADA. *Recensement du Canada*, 2001.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes 2000-2001 – volet montréalais : insécurité alimentaire*, 4 p.

STATISTIQUE CANADA. « Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : premier coup d'œil », *Le Quotidien*, Édition du mercredi 8 mai 2002, www.stat-can.ca/Daily/Français/020508/q020508a.html, 11 p.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes 2000-2001 : présentation, liste des indicateurs et méthodologie*, 3 p.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes 2000-2001 – volet montréalais : excès de poids*, 4 p.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes 2000-2001 – volet montréalais : inactivité physique*, 4 p.

STATISTIQUE CANADA. *Enquête sociale et de santé 1998 - volet montréalais : pratique de l'activité physique*, 2 p.

Récoltes solidaires et alimentaires. Histoire de la Table de concertation sur l'alimentation de Villeray et portrait des différents projets en sécurité alimentaire, 2005, Table de concertation sur l'alimentation de Villeray, 19 p.

Récoltes solidaires et alimentaires, 2005, Table de concertation sur l'alimentation de Villeray, (documentaire filmique).

THÉRIEN, François et Lise BERTRAND. « Vers un Conseil de politique alimentaire à Montréal », *Des gestes plus grands que la panse*, dossier n° 10, novembre 2004, 12 p.

VALLEE, Pierre. « Obésité - Plus du tiers des enfants québécois ont un problème relié à leur poids. L'obésité comme cause de mortalité est en train de rejoindre le tabagisme », *Le Devoir*, samedi et dimanche 22 et 23 mai 2004.

VÉLO QUÉBEC ASSOCIATION. *Étude publique du portrait et des diagnostics du Plan de transport de Montréal : les observations de Vélo Québec*, 1^{er} septembre 2005, 8 p.

VILLE DE LÉVIS. *Politique de l'activité physique, du sport et du plein air*, septembre 2005, 23 p.

VILLE DE MONTRÉAL. Budget de 2005 des services corporatifs, 2005, 13 p.

VILLE DE MONTRÉAL. *Charte montréalaise des droits et responsabilités*.

VILLE DE MONTRÉAL. Direction des sports, des parcs et des espaces verts - SDCQMV. *Forum des générations. Équipe de travail pour mobiliser les efforts de prévention*, 2 p.

VILLE DE MONTRÉAL. *Index des activités de sports et de loisirs 2005-2006*, [en ligne] <http://www.ville.montreal.qc.ca>, 52 p.

VILLE DE MONTRÉAL. *Le sport à Montréal : constats et enjeux*. Présentation faite dans le cadre du Forum des générations par Pierre Bouchard, directeur à la Direction des sports, des parcs et des espaces verts de Montréal, 2004, 16 p.

VILLE DE MONTRÉAL. *Le sport pour tous. Pour une concertation et une meilleure accessibilité des ressources. Mémoire déposé par la Ville de Montréal au secrétaire d'État du Sport amateur dans le cadre de la Consultation nationale sur le sport et de la Conférence régionale du Québec sur le sport les 26 et 27 janvier 2001*, 22 p.

VILLE DE MONTRÉAL. *Plan d'urbanisme*, 2004.

VILLE DE MONTRÉAL. *Projet : la politique montréalaise du sport et du loisir. Soutenir l'art de vivre à Montréal*, Sommet de Montréal, chantier des sports et des loisirs, mai 2004, 36 p.

VILLE DE MONTRÉAL. Service du développement culturel, de la qualité du milieu de vie et de la diversité ethnoculturelle - Direction des sports, des parcs et des espaces verts. *Vers un réseau d'accès au plein air urbaine. Projet « Accès au plein air urbain »*, novembre 2004, 25 p.

LISTE DES GRAPHIQUES ET DES TABLEAUX

Graphiques

Graphique 1 : Pourcentage de garçons et de filles actifs durant les loisirs, population de 12 à 17 ans, Québec, 2003, p. 9.

Graphique 2 : Évolution du pourcentage de jeunes de 15 à 19 ans qui respectent la seconde partie de la recommandation du Consensus international sur l'activité physique à l'adolescence, p. 10.

Graphique 3 : Proportion de la population de 12 ans et plus physiquement inactive, selon l'âge, Montréal, 2000-2001, p. 10.

Graphique 4 : Proportion de la population de 12 ans et plus ayant éprouvé de l'insécurité alimentaire, selon l'âge, Montréal, 2000-2001, p. 12.

Graphique 5 : Proportion de personnes percevant avoir de moyennes ou mauvaises habitudes alimentaires, selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et plus, Montréal-Centre, 1998, p. 13.

Graphique 6 : Emplacement des neuf parcs-nature de la Ville de Montréal, p. 19.

Graphique 7 : Évolution du pourcentage d'actifs, selon la saison, 15 ans et plus, Québec 1993 et 1998, p. 25.

Tableaux

Tableau 1 : Proportion de la population et des familles de Montréal qui vivent sous le seuil de faible revenu, p. 18.

Tableau 2 : Information sur les neuf parcs-nature de la Ville de Montréal, p. 19.

Tableau 3 : Tarification des plages de l'île de Montréal à la journée, été 2005, p. 21.



Conseil Jeunesse de Montréal
800, boul. de Maisonneuve Est, 3^{ème} étage
Montréal (Québec) H2L 4L8
(514) 872-4801
Site internet : www.ville.montreal.qc.ca