

Centre de santé et de services sociaux  
de la Montagne

Centre affilié universitaire

## **MÉMOIRE**

**En réponse à la consultation**  
*Montréal, physiquement active*

présenté à la :

- Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports de la Ville de Montréal

par le :

- Centre de santé et de services sociaux de la Montagne,  
Direction de la santé publique

Le 5 décembre 2012

## 1.0 Introduction

Le Centre de santé et services sociaux de la Montagne a pris connaissance du document de consultation *Montréal, physiquement active* et répond à l'invitation de la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports en y déposant un mémoire. Il souhaite ainsi partager sa vision des mesures à mettre en place pour façonner notre ville, afin que les Montréalais adoptent un mode de vie physiquement actif.

Depuis plusieurs années, les questions liées à l'activité physique suscitent l'intérêt de notre CSSS, qui a la responsabilité d'assurer la santé et le bien-être de l'ensemble de la population de son territoire, soit près de 220 000 personnes, qui habitent 5 arrondissements et 2 villes liées de l'Île de Montréal. La Direction locale de la santé publique, en collaboration avec ses partenaires, a le mandat de mettre en place les services et les activités qui préviennent les maladies, les traumatismes et les problèmes sociaux et de faire la promotion de mesures qui protègent la santé des citoyens et favorisent l'amélioration de leur santé et de leur bien-être.

La promotion d'un mode de vie physiquement actif pour tous est un enjeu de santé important, reconnu par l'Organisation mondiale de la santé. L'OMS a décrété depuis 2004, que la sédentarité était le 4<sup>ième</sup> facteur de risque associé à la mortalité dans le monde, après l'hypertension, le tabagisme et un taux élevé de glucose dans le sang.

➡ [http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_inactivity/fr/index.html](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/fr/index.html)

Dans ce contexte, nous souhaitons participer à cette importante consultation qui vise à renouveler le cadre d'intervention de la ville de Montréal dans le but de faire bouger davantage les Montréalais et de contrer la sédentarité. Nous espérons qu'un tel cadre puisse s'inspirer de la politique et du plan d'action en faveur des saines habitudes de vie de l'arrondissement de Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce (CDN-NDG) et tenir compte des besoins de tous les Montréalais, dans un souci d'équité entre les arrondissements. LE CSSS est soucieux de faire en sorte que toute la population ait un accès équitable à des ressources favorisant un mode de vie actif durant ses loisirs et ses déplacements.

## 2.0 Contexte

Le CSSS de la Montagne s'est engagé, dans son *Plan d'action local de santé publique 2010-2015* à augmenter la proportion de jeunes qui ont de saines habitudes de vie, dont une pratique régulière d'activités physiques et à soutenir les initiatives favorisant l'aménagement de quartiers durables, pour encourager entre autres, le transport actif.

En matière d'activités physiques, selon les données de 2005 :

- 35 % de la population de 15 ans et plus du territoire, est inactive durant ses loisirs.
- 16 % de la population de 12 ans et plus n'utilisait pas le transport actif pour le travail, l'école ou les emplettes.

La population desservie par le CSSS de la Montagne est très diversifiée que ce soit en matière de revenu que d'origine ethnique.

## 3.0 Recommandations

Les efforts pour favoriser l'activité physique des citoyens du CSSS de la Montagne devraient porter sur des aménagements qui façonnent le territoire et qui favorisent le loisir et le transport actifs et sécuritaires :

- Augmenter le nombre de pistes cyclables et d'espaces de stationnement pour vélos.
- Multiplier les mesures d'apaisement de la circulation. Le territoire comprend d'importantes artères de circulation routière. La très grande majorité des blessés sont situés dans la partie du centre-ville de Métro.
- Améliorer les voies piétonnières (entretien des trottoirs, pavage, éclairage, déneigement, épandage d'abrasifs, multiplier les intersections sécuritaires...) pour assurer la sécurité des jeunes et des personnes âgées, particulièrement sur les grandes artères telles que la rue Jean-Talon (ex., au niveau de la rue Hutchison et de l'avenue du Parc).
- Mettre en place des aménagements favorisant le transport actif et collectif et le développement d'aires de jeux et d'espaces verts dans tout nouveau projet d'aménagement résidentiel, tel le projet de l'Hippodrome Blue Bonnets.
- Aménager des espaces verts dans les zones du territoire qui en sont moins bien pourvues. Le parc du Mont-Royal constitue une importante proportion

de la superficie du territoire. Toutefois, à l'exception d'Outremont, Ville Mont-Royal et Westmount, les espaces verts sont rares.

- Améliorer l'accessibilité à des équipements locatifs, particulièrement pour la pratique des sports d'hiver, pour accroître la pratique durant cette saison et pour permettre aux nouveaux arrivants « d'appivoiser l'hiver. »
- Mettre en commun des équipements sportifs - provenant de la ville et des commissions scolaires – au moyen d'ententes de service, lesquelles permettraient de multiplier les plateaux et d'accueillir des citoyens de tous âges et en toutes saisons.

Les responsables d'arrondissements pourraient s'inspirer de la *Politique en faveur des saines habitudes de vie* adoptée par l'arrondissement Côte-des-Neiges/ Notre-Dame-de-Grâce en 2011 pour s'engager, eux aussi, à contrer la sédentarité. Cette politique novatrice, une première à Montréal comporte six orientations, dont l'une vise spécifiquement la promotion d'un mode de vie physiquement actif. Le deuxième axe du plan d'action propose une offre de services de qualité, accessibles, diversifiées et sécuritaires aux citoyens de tous âges en sports et en loisirs et la troisième le maintien, la modernisation et la création d'infrastructures urbaines qui favorisent l'activité physique et le transport actif sur l'ensemble du territoire de l'arrondissement » et, serions-nous tenter d'ajouter, sur l'ensemble du territoire montréalais. Cet engagement ferme et le Plan d'action qui l'accompagne, méritent d'être soulignés et imités.

Nous souhaitons poursuivre notre engagement avec la Ville à soutenir l'implantation d'initiatives locales prometteuses telles « Parc- Extension : un quartier vert, actif et en santé », « le Projet Namur – Jean-Talon Ouest »; « Éco-quartier de Côtes-des-Neiges; « Initiatives de verdissement des quartiers 21 ».

Enfin, nous appuyons l'ensemble des recommandations émises par la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal dans le Mémoire « Montréal active, Montréal en santé » déposé et présenté le 28 novembre 2012 à la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports de la Ville de Montréal et nous lui offrons, ainsi qu'à la Commission, notre entière collaboration pour leur mise en place.

L'enjeu est important : il en va de la santé des Montréalais.



---

**Christine Rowan**

Directrice

Direction de la santé publique

CSSS de la Montagne