

MÉMOIRE DÉPOSÉ DANS LE CADRE DE
L'EXAMEN PUBLIC **MONTRÉAL,**
PHYSIQUEMENT ACTIVE



04/12/2012

Jeunes en Santé N.D.G

*5600 Chemin Upper Lachine, Montréal (Québec), H4A 2A7
Telephone: 514-999-2877 Télécopieur: 514-868-5252
jesndg@gmail.com*

LES MEMBRES DU COMITÉ D'ACTION LOCALE (CAL) DE JEUNES EN SANTÉ N.D.G

Arrondissement de Côte-des-Neiges - Notre-Dame-de-Grâce

CSSS Cavendish

Conseil communautaire NDG

Commission scolaire de Montréal - Réseau Ouest

Comité Jeunesse Notre-Dame-de-Grâce

Table de concertation jeunesse NDG

Table de sécurité alimentaire NDG

Comité action 6-12

Association pour le développement jeunesse de Loyola

Loisirs Sportifs Côte-des-Neiges - Notre-Dame-de-Grâce

Bureau coordonnateur CPE-Lieu des petits Secteur Cavendish

CPE Les Petites Chenilles

Action Communiterre

*Jeunes en Santé NDG est aussi membre de la [Table 0-5 du secteur du CSSS Cavendish](#)
et de [Quartier vert actif et en santé NDG Sud-Est](#)*

Table des matières

MISE EN CONTEXTE	4
PRIORITES ET ENJEUX	6
RECOMMANDATIONS.....	7
Orientation 1 : Une participation accrue	7
Orientation 2 : Des environnements urbains plus favorables	8
Orientation 3 : Une volonté d'agir ensemble	9

Mémoire déposé dans le cadre de l'examen public *Montréal, physiquement active*

JEUNES EN SANTÉ N.D.G.

Dans le cadre de la consultation publique sur le thème « Montréal physiquement active », menée par la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports, Jeunes en Santé NDG salue cette démarche et est heureux d'apporter sa contribution à la réflexion.

MISE EN CONTEXTE

Jeunes en Santé NDG (JESndg) est un regroupement local de partenaires dans le quartier de Notre Dame-de-Grâce (NDG) de Montréal et soutenu par Québec en Forme.

Depuis 2008 notre mission est de rassembler les forces de la communauté afin que tous les enfants de 0 à 17 ans fréquentant le territoire de Notre-Dame-de-Grâce et leurs familles acquièrent et maintiennent des saines habitudes de vie.

En ce sens, nous croyons que tous les enfants ont le droit de grandir en santé.

En travaillant en collaboration avec les acteurs de la communauté, nous nous assurerons que les ressources et les appuis existent pour permettre aux enfants et aux familles de réaliser ce droit.

Situé dans l'arrondissement Côte-des-Neiges – Notre-Dame-de-Grâce, le quartier NDG est très peuplé comparativement à la moyenne montréalaise (66 074 en 2006). Comme l'indique le «Plan d'action local de santé publique 2010–2015»¹ du CSSS Cavendish, *la proportion de la population du CSSS Cavendish et de ses secteurs qui parle une autre langue que le français ou l'anglais comme langue maternelle ou comme langue la plus utilisée à la maison est plus importante qu'à Montréal*. Le document stipule aussi que le quartier est majoritairement anglophone et on y retrouve une forte population immigrante (38,2% dont 21,5% vit sous le seuil de faible revenu). NDG comporte aussi une forte concentration de familles avec enfants, 66,4% comparativement à 62,7% à Montréal. Bien que le quartier soit perçu comme favorisé, il contient plusieurs poches de pauvreté.

NDG n'échappe pas à la réalité québécoise en matière de saines habitudes de vie :

- Près d'un enfant sur quatre souffre d'embonpoint ou d'obésité²
- 50 % des filles et 25 % des garçons de 6 à 11 ans n'atteignent pas le niveau recommandé de 60 minutes d'activité physique par jour³
- 65 % des adolescentes et 48 % des adolescents n'atteignent pas le niveau recommandé de 60 minutes d'activité physique par jour⁴
- Près de 60 % des élèves du secondaire ne font pas de transport actif durant l'année scolaire⁵
- À Montréal, seulement 15% des élèves du secondaire sont suffisamment actifs durant leurs loisirs⁶

Le milieu de vie des familles influence sans aucun doute la pratique de l'activité physique. Les municipalités, qui représentent le palier gouvernemental le plus proche du citoyen, ont donc un impact direct sur le mode de vie des citoyens. La révision des priorités en faveur de mesures visant le mode de vie physiquement actif est une condition à la réussite de la promotion de l'activité physique. En ce sens, JESndg salue l'initiative de son arrondissement à adopter une politique en saines habitudes de vie.

Dans un contexte d'immigration croissante, l'activité physique peut aussi être un outil d'intégration des communautés.

¹ Plan d'action local de la santé publique 2010–2015. Vers un meilleur équilibre de nos efforts. Révision 2011–2012. CSSS Cavendish

² Mongeau, L., Audet N., Aubin J. & Baraldi R. (2005). *L'excès de poids dans la population québécoise de 1987 à 2003*.

³ Comité scientifique de Kino-Québec (2011). *L'activité physique, le sport et les jeunes – Savoir et agir*.

⁴ Comité scientifique de Kino-Québec (2011). *L'activité physique, le sport et les jeunes – Savoir et agir*.

⁵ Institut de la statistique du Québec (2012). *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011 – Tome 1*

⁶ Institut de la statistique du Québec (2012). *Répartition des élèves selon le niveau d'activité physique de loisir durant l'année scolaire, le sexe et le niveau scolaire, ensemble des élèves du secondaire, régions sociosanitaires et ensemble du Québec*.

PRIORITES ET ENJEUX

JESndg se penche sur quatre priorités qui définissent le plan triennal 2011–2014 et les plans d'actions annuels qui en découlent:

- Accessibilité : Briser la barrière financière, offrir des services diversifiés et de qualité, rejoindre l'ensemble de la population, bonifier l'offre déjà existante.
- Promotion : Enrichir nos connaissances, sensibiliser les familles et les regroupements locaux.
- Mode de vie physiquement actif : Favoriser le transport actif, répondre aux besoins des jeunes, favoriser le sentiment de sécurité des familles.
- Habitudes alimentaires : Renforcer l'adoption d'une saine alimentation, accroître l'accessibilité aux fruits et légumes.

Les travaux du regroupement prennent en compte trois enjeux cruciaux dans l'atteinte des objectifs :

1. Développement de partenariats solides dans la communauté

Le travail de JESndg repose en grande partie sur l'expertise des différents acteurs de notre communauté. C'est une des raisons pour lesquelles le CAL est constitué de représentants de la santé, des écoles, de la municipalité et du milieu communautaire. Ceci étant dit, il est aussi nécessaire d'avoir autour de la table des ressources professionnelles (ex. : éducateur physique). Développer ou renforcer les partenariats déjà existants nous permet de mieux cibler et de mieux répondre aux besoins de la communauté. **La participation des écoles, des services sociaux et de santé, de l'arrondissement et du milieu communautaire est donc primordiale pour que les enfants adoptent de saines habitudes de vie.**

2. Enrichissement des connaissances en lien avec les saines habitudes de vie

Promouvoir la saine alimentation ainsi que l'activité physique requiert que nous développions nos connaissances en la matière. En tant que regroupement, nous nous sommes donnés comme mission de renforcer les capacités de la communauté à adopter de saines habitudes de vie. **Nous devons donc développer nos compétences et les partager.**

3. Implantation d'une approche durable et viable dans le quartier

Grâce à l'initiative de Québec en Forme, nous avons l'opportunité d'apporter un changement dans le quartier et de bonifier les initiatives déjà existantes.

L'adoption de saines habitudes de vie est un processus à long terme qui requière des actions concrètes et durable. **L'approche que nous allons construire ensemble devra donc avoir des impacts significatifs et être ancrée dans la vie quotidienne des familles et des regroupements locaux.**

RECOMMANDATIONS

Les trois orientations proposées dans le document de consultation « Montréal, physiquement active » sont en lien direct avec les enjeux identifiés par Jeunes en Santé NDG.

ORIENTATION 1 : UNE PARTICIPATION ACCRUE

- 1. Démystifier l'adoption des saines habitudes de vie auprès des citoyens pour faciliter le choix d'être physiquement actif.**
 - Miser sur l'appropriation par les communautés du message afin de renforcer leurs capacités à adopter un mode de vie actif. Modifier la norme contribue à passer du «il faut» à «c'est normal» de bouger.
- 2. Offrir au personnel des centres communautaires et sportifs une formation en saines habitudes de vie.**
 - Le personnel des installations publiques doit être porteur du message en saines habitudes de vie. La Charte de Toronto identifie d'ailleurs le développement des compétences des intervenants dans le domaine du sport et de l'activité physique comme une condition importante à leur engagement.
- 3. Valoriser les initiatives locales et en faire la promotion auprès de la population.**
 - Intensifier les collaborations pour une offre de service diversifiée et adaptées aux besoins et aux intérêts des différentes clientèles.

4. Augmenter et diversifier l'offre en activité physique pour les jeunes.

- Offrir une programmation variée convenant aux goûts et aux horaires des enfants, des adolescentes et des adolescents, de même qu'aux moyens financiers des familles. Aménager des aires de jeu stimulantes, sécuritaires et accessibles, à l'extérieur comme à l'intérieur.

5. Assurer l'accès à des activités physiques et sportives pour tous

- Pour assurer une participation accrue de tous les groupes de citoyens, la Ville de Montréal, doit considérer les différentes classes sociales, l'âge, le genre et les différentes cultures pour permettre à tous d'accéder à un mode de vie physiquement actif.

6. Assurer la mise en place par la Ville de Montréal d'un groupe d'influence en mode de vie physiquement actif.

- Positionner Montréal comme une ville active et engager les acteurs clés des divers réseaux et paliers d'intervention dans des actions structurantes.

7. Briser les barrières à l'accessibilité

- Soutenir, particulièrement en milieux défavorisés, l'accès physique et financier aux activités des organismes communautaires et associatifs grâce à des politiques d'accessibilité pour les jeunes et les familles, ainsi qu'à des mesures de soutien aux organismes sportifs et communautaires, etc⁷.

ORIENTATION 2 : DES ENVIRONNEMENTS URBAINS PLUS FAVORABLES

1. Offrir des activités physiques dans les parcs (ex. : *Ça bouge dans les parcs* organisé par JESndg et la Table de concertation Jeunesse NDG).

- Ce genre d'activité permet la maximisation de l'utilisation des parcs et des espaces publics en plus d'offrir des activités ludiques aux jeunes et aux familles.

2. Améliorer la gestion des installations de sports et loisirs.

- Effectuer l'évaluation des installations de façon continue et avec la participation de la communauté pour qu'elle puisse exprimer ses besoins.

⁷ Québec en forme. Fiches thématiques. Pour que les jeunes soient physiquement actifs tous les jours.

3. Améliorer l'accès pour tous.

- Assurer une plus grande accessibilité aux parcs, aux installations sportives et de plein air, aux corridors piétonniers et cyclables⁸. Maximiser l'utilisation des installations et allonger les plages horaires pour mieux s'adapter aux besoins des différentes clientèles, notamment lors des congés.

4. Favoriser l'accès aux activités récréatives hivernales.

- Offrir des cours d'initiation et la location d'équipements pour des activités récréatives hivernales, notamment auprès des nouveaux arrivants. Rendre accessible et aménager des espaces extérieurs ainsi que déblayer les parcs l'hiver.

5. Assurer des aménagements sécuritaires pour favoriser et faciliter les déplacements actifs.

- Il importe de s'assurer que l'entretien et le développement du réseau routier soient orientés vers les cyclistes et les piétons par la mise en place de trottoirs, de pistes cyclables et de mesures d'apaisement de la circulation. Les espaces publics et les parcs doivent aussi être accessibles par de modes de transport actif et être sécuritaires, bien entretenus et de grande qualité. Il en va de même pour les commerces et les services qui doivent être accessibles à pied, à vélo ou par d'autres modes de transport alternatifs à l'automobile.

ORIENTATION 3 : UNE VOLONTE D'AGIR ENSEMBLE

1. Diffuser un même message en matière d'adoption d'un mode de vie physiquement actif et construire une concertation qui rassemble les représentants de la municipalité, de la santé, du milieu scolaire et communautaire.

- Une réelle adoption d'un mode de vie actif passe par la prise en compte des différents environnements dans lequel le jeune et sa famille grandissent.

⁸ Québec en forme. Fiches thématiques. Pour que les jeunes soient physiquement actifs tous les jours.

2. Renforcer le rôle de la Ville et des arrondissements comme porteurs du message d'un mode de vie actif.

- Faire de l'adoption d'un mode de vie physiquement actif une priorité locale et complémentaire des politiques municipales, notamment en adoptant un plan sur les saines habitudes de vie.

3. Assurer une cohérence et une complémentarité avec les politiques, programmes et plans d'actions existants.

- Prendre en compte les actions déjà existantes dans les quartiers et inclure les groupes locaux dans les travaux municipaux. Et soutenir les organismes et regroupements voués aux sports et loisirs.

4. Doter les arrondissements de ressources professionnelles en activité physique pour soutenir les organismes locaux.

- Une telle initiative permettra d'orienter les groupes communautaires dans le développement de leurs actions.

5. Effectuer un travail en amont avec les écoles montréalaises.

- Établir des ententes entre les organisations, et plus particulièrement entre les écoles et la municipalité, pour maximiser l'utilisation et l'accès aux installations et équipements disponibles dans la communauté⁹.

6. Inclure le réseau de santé dans la démarche.

- Effectuer un travail de concertation et d'arrimage pour mieux intégrer le message dans le développement de programmes et d'activités.

7. Compléter le message d'adoption d'un mode de vie physiquement actif avec celui de la saine alimentation.

- La consommation de boissons énergisantes et de boissons sucrées est un frein aux saines habitudes de vie et pourtant les jeunes en consomment augmentant ainsi les risques d'obésité. En mettant en place des politiques alimentaires adaptées et en renforçant l'accès à l'eau potable, il est possible de renverser la tendance.

⁹ Québec en forme. Fiches thématiques. Pour que les jeunes soient physiquement actifs tous les jours.