



## Mémoire

Déposé dans le cadre de la consultation :  
*Montréal, physiquement actif*

Rédigé par la  
*Table de Concertation Jeunesse de Côte-des-Neiges*

Novembre 2012

## Question générale :

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

Nous pensons que l'un des éléments les plus importants est la promotion. Qu'il s'agisse de la diffusion large de l'offre de service en sports et loisirs, de la promotion de la saine alimentation ou encore de la sensibilisation relative aux bienfaits d'un mode de vie sain et physiquement actif, nous ne pouvons faire l'économie de ces moyens de communication.

De plus, nous devons investir dans la concertation entre les organismes afin qu'émerge une vision commune des défis et des enjeux auxquels nous faisons face. Certes, les organismes voués aux sports et aux loisirs doivent être du nombre, mais il en va de même pour les écoles, les organismes communautaires et les institutions publiques telles que les CSSS ou les hôpitaux.

Il est de notre avis que la démocratisation de l'accès aux divers services doit se matérialiser par un support concret pour les familles défavorisées. Des places en camps de jour gratuites, des laissez-passer pour les activités sportives, le financement d'activités de quartier à grande échelle rassemblant des milliers de personnes sont autant d'éléments qu'il faut encourager.

Qui plus est, nous croyons qu'une intervention adaptée à tous les groupes d'âge doit être déployée, en plus d'une analyse différenciée selon les sexes. L'expérience nous démontre qu'en ciblant directement un groupe d'âge particulier, nous favorisons une intervention ajustée répondant concrètement aux besoins de cette population cible. Nous pensons qu'il est aussi important de s'affairer à différencier les besoins qu'ont les femmes et les hommes. À titre d'exemple, les jeunes filles de 16 et 17 ans sont reconnues pour participer moins que leurs confrères du même âge aux diverses activités sportives. Nous devons par conséquent nous questionner sur les activités déployées afin que chacune de celles-ci soient développées de manière à s'adapter aux diverses spécificités des groupes pour ultimement rejoindre l'ensemble de notre population.

En terminant, nos approches visant la sensibilisation des parents à l'égard des bienfaits d'un mode de vie physiquement actif doivent être améliorées. Ce sont des éducateurs de premier plan qui doivent faire partie de l'équation. Il nous faut donc certes nous concentrer sur l'éducation, la promotion et la sensibilisation, mais il faut aussi s'assurer de les mobiliser par l'entremise d'activités répondant à leurs besoins et correspondant à leurs réalités économiques, culturelles et géographiques.

## **Questions spécifiques par orientation :** **UNE PARTICIPATION ACCRUE**

### ***Comment rejoindre tous les groupes de citoyens, notamment les aînés, les adolescents, les femmes, les familles, les personnes ayant une limitation fonctionnelle?***

Pour répondre à cette question, nous nous attarderons principalement aux jeunes (0 à 25 ans), ces derniers étant notre clientèle cible. Il est selon nous fort important d'analyser de manière spécifique les besoins de cette population. Qui plus est, nous devons reconnaître la spécificité et l'hétérogénéité de ce que l'on pourrait qualifier de «population jeunesse». Il va sans dire que l'offre de services s'adressant aux jeunes enfants et aux adolescents diffère, ces deux groupes n'ayant pas les mêmes intérêts, les mêmes besoins et les mêmes capacités. Il nous semble donc logique de segmenter ces populations afin de définir de manière précise les besoins et intérêts de celles-ci.

Il serait intéressant, dans ce contexte, d'effectuer entre autres une étude à partir de l'analyse différenciée selon les sexes (ADSS). Un exemple pour étayer ce propos est celui des adolescentes et des adolescents, âgés de 15 à 17 ans. Nous constatons que les activités incluant les garçons et les filles ont un succès mitigé, ou du moins, attire davantage d'adolescents que d'adolescentes. Dynamique culturelle, réalité liée à l'adolescence, ciblage défaillant quant aux activités proposées, autant de questions que nous devons aborder en portant un regard spécifique sur les populations que nous désirons rejoindre. Si l'on reprend l'exemple de l'ADSS, nous pourrions porter notre attention sur l'intérêt pour la compétition qu'ont les adolescents et nous intéresser à l'aspect de socialisation dans un contexte d'activité qui semble rejoindre davantage les adolescentes. De la sorte, nous pourrions ajuster notre offre de service afin qu'elle représente réellement les besoins exprimés par les populations ciblées.

Il est important de plus de souligner la nécessité de poursuivre et d'améliorer la concertation entourant les diverses offres de services en sports et loisirs. L'arrimage des services permettra d'une part d'éviter les doublons et d'autre part, de s'assurer d'offrir un éventail d'activités complet répondant aux besoins qui auront été prédéfinis.

### ***Quelles actions pouvons-nous mener ensemble pour mieux promouvoir un mode de vie physiquement actif?***

Selon nous, le déploiement d'une action, quelle qu'elle soit, demande certes une concertation, mais d'abord et avant tout des moyens techniques, des ressources financières et une expertise portée par des personnes désireuses de la partager. L'adéquation des forces vives de notre milieu, c'est-à-dire le réseau communautaire, les institutions, les écoles, etc., doivent s'entendre sur les actions à mener afin d'agir de manière complémentaire.

Considérant ceci, il nous est difficile de nommer des actions concrètes, puisque celles-ci doivent émerger d'un processus de concertation. Toutefois, à titre d'exemple, voici quelques pistes qui pourraient être envisagées. Les moyens de communication pourraient être étudiés et les canaux de diffusion devraient s'adapter à l'évolution technologique. Les outils promotionnels prennent souvent



des formes classiques (dépliants, site web, etc.) et étant inondés d'une quantité importante de publicité, notre promotion se perd souvent dans la masse. Nous pourrions donc nous affaïrer à développer des moyens novateurs qui seraient accessibles et qui capteraient l'attention de la population visée.

### ***Comment faire bouger davantage nos citoyens en hiver?***

Dans le contexte particulier de Côte-des-Neiges, l'un des éléments principaux qui concourent à la plus grande pratique, entre autres, des sports d'hiver est le fait d'initier les citoyennes et citoyens à ceux-ci. Molt immigrant(e)s s'installent à Côte-des-Neiges à leur arrivée au pays. Nous ne sommes pas le seul arrondissement dans cette situation et c'est pour cette raison que la mesure que nous vous décrivons ci-après peut-être déployée dans d'autres quartiers similaires de Montréal, comme St-Laurent ou Parc-Extension.

L'initiative la plus intéressante à cet effet est la fête hivernale annuelle nommée «L'Hiver en fête à Côte-des-Neiges». Ce grand moment de rassemblement, ayant lieu tous les ans le premier samedi du mois de février, rassemble entre deux et trois mille personnes l'espace d'un après-midi, dans le Parc de Kent. L'objectif premier de cette fête, coordonnée par la Table de Concertation Jeunesse de Côte-des-Neiges et la Corporation de Développement Communautaire de Côte-des-Neiges, a pour but premier de faire découvrir aux habitants du quartier ainsi qu'aux nouveaux arrivants diverses activités hivernales que les familles pourront par la suite reproduire par elles-mêmes, et ce, à faible coût. Qu'il s'agisse du patin, du hockey sur patinoire extérieure, de glissade, de confection de bonshommes de neige ou encore de jeux liés au développement de la psychomotricité, ces activités sont offertes gratuitement et sont animées par les intervenants du quartier dans le but de favoriser l'autonomisation des familles en ce qui a trait à l'activité sportive hivernale.

Certes, les activités ayant cours dans les centres communautaires et sportifs se poursuivent durant la saison hivernale et il va sans dire que la promotion de celles-ci doit se poursuivre tout au long de l'année. Il est toutefois intéressant de favoriser l'activité physique libre, demandant peu de ressources et pouvant s'exécuter au bon vouloir des familles. Nous avons la chance d'avoir un quartier qui regorge de parcs et nous croyons qu'il est fondamental de favoriser chez les familles l'utilisation de ces espaces.

## **Questions spécifiques par orientation :** **UNE VOLONTÉ D'AGIR ENSEMBLE**

### ***Comment mobiliser les ressources et les forces vives de la collectivité montréalaise pour que les citoyens profitent davantage des bienfaits du sport et de l'activité physique?***

Comme nous l'avons d'ores et déjà souligné, il est de toute première instance de soutenir de manière tangible les efforts de concertation déployés par les groupes communautaires et les partenaires institutionnels. La mobilisation des ressources et de la collectivité visant la promotion des bienfaits du sport et du loisir demande du temps, de l'énergie et des ressources. Pour mobiliser les citoyennes et citoyens, il faut d'abord que les divers porteurs de projets et responsables d'organismes discutent et arriment leurs interventions, sans quoi, nous ne pourrions agir collectivement et parler d'une seule et même voix. Ces actions de mobilisation, tel un organisme vivant, sont mouvantes, évoluent et demandent un souci constant de perfectibilité. Il faut donc déployer des plans d'action émanant de réels efforts d'arrimage entre les principaux acteurs.

Une fois franchie cette étape essentielle de concertation, nous devons nous entendre sur les moyens concrets pour publiciser, sensibiliser et promouvoir les bienfaits et les bénéfices de l'activité physique. D'emblée, par la création d'outils utilisés par toutes et tous, nous serons à même d'assurer la cohérence du message. De plus, les médias sociaux, les journaux locaux seront autant de moyens, ajoutés à de la promotion, à des ateliers de sensibilisation, à des occasions concrètes de pratiquer des activités physiques en famille, qui concourront à l'adoption de mode de vie physiquement actif chez nos concitoyennes et concitoyens.