

**COMMISSION PERMANENTE SUR LA
CULTURE, LE PATRIMOINE
ET LES SPORTS**

EXAMEN PUBLIC

MONTREAL, PHYSIQUEMENT ACTIVE

Préparé par Michel Comeau,
Directeur général et co-fondateur



Janvier 2013
Montréal

ACTIONS

Le TAZ a été créé en 1996 pour offrir à la jeunesse un lieu de pratique libre pour le patin à roues alignées, le Skateboard et le vélo BMX. Au fil des ans, Le TAZ a accueilli les adeptes de ces sports à travers des activités libres, des cours et des camps d'entraînement. Son équipe y anime des écoles, des groupes communautaires et des groupes sportifs. Des événements dans ces disciplines ont été créés pour tous les calibres, et ce, autant pour des amateurs locaux qu'internationaux.

Depuis sa réouverture, en 2009, avenue Papineau, Le TAZ est redevenu un lieu récréatif de premier plan pour ses diverses clientèles. Il est désormais un espace rassembleur, où tous s'accordent à dire qu'il s'agit d'un lieu stimulant et valorisant pour la jeunesse d'aujourd'hui et de demain. De plus, par ses actions, Le TAZ contribue à la lutte à la délinquance et à la toxicomanie et fait épargner des millions en dommages au mobilier urbain.

Le TAZ est un milieu de vie où les jeunes et les familles se donnent rendez-vous pour bouger et surmonter de nouveaux défis, à leur rythme. Bien que ces sports soient des sports dits individuels, ils offrent un contexte favorable à l'émergence de groupe de pairs, surtout chez les adolescents. Le TAZ est donc un incontournable espace social pour les adeptes ou les intéressés à ces activités. Rappelons aussi l'ambiance où tous s'encouragent et s'entraident.



À la lecture de plusieurs des mémoires déposés, les actions portées par Le TAZ depuis ses débuts y sont souvent indiquées comme garantissant un succès auprès des jeunes, des adultes et des familles. Nos actions visent à ce que chacun puisse jouir de liberté, d'accessibilité et de respect dans la pratique de leur activité et le tout dans un espace sécuritaire. Le TAZ, en fonction de ses aides financières, développe des programmes pour donner un accès gratuit ou à des prix très bas aux écoles et aux groupes communautaires. Sa tarification se veut la plus basse possible, celle-ci étant basée essentiellement sur les coûts de fonctionnement et les frais d'immeuble à couvrir. De plus, l'équipe du TAZ crée des programmes d'insertion professionnelle et des projets spéciaux afin d'encourager les jeunes à poursuivre leurs études. En ce sens, Le TAZ est un OBNL de l'économie sociale.

Le TAZ tient à souligner les travaux, les efforts et l'implication de nombreux fonctionnaires et politiciens de la Ville de Montréal à l'égard de ses citoyens et de sa volonté indéniable de les faire bouger. Il y a encore du chemin à faire et les pistes de solutions se dessinent.

Je salue notamment les mémoires de Pierre Lavoie, de Québec en Forme et de Sports Montréal. Par ailleurs, une étude sociologique déposée en mars 2009 par Sports Montréal mettait déjà en lumière la majorité des actions à entreprendre pour inciter le citoyen à bouger. Je prendrai donc parti pour les jeunes et les citoyens qui sont accaparés par leurs études, leur travail, leur famille et les aléas de la vie. Ceux-ci veulent aussi bouger et les sports comme le skateboard, le patin ou le BMX ont peu de contraintes. Ils offrent un maximum de liberté de choix. Rajoutons que ces activités peuvent également être considérées comme des transports actifs, ce qui rejoint d'autres priorités de la Ville de Montréal en matière de santé et de développement durable.

Les citoyens recherchent de plus en plus des activités libres, qu'ils peuvent pratiquer en fonction de leurs disponibilités, avec leurs amis et avec leur famille. En ce sens, les sports alternatifs et individuels offerts par Le TAZ conviennent mieux aux gens absorbés par leurs obligations et ne voulant pas s'engager pour des sessions complètes ou des activités encadrées.

Le TAZ est un exemple probant de cette tendance. Ainsi, je salue les représentants de la Ville de Montréal qui ont cru en ce projet novateur et unique. Le succès croissant du TAZ auprès des jeunes et des familles en est la preuve concrète. Les recommandations que je formule sont basées sur des expériences réelles et visent à faciliter la pratique sportive des citoyens.

Soyons visionnaires et agissons ensemble à faire de Montréal une métropole exemplaire des villes physiquement actives.

Michel Comeau
Directeur général et co-fondateur
Le TAZ, Roulodôme et Skatepark

Avec la complicité de :
Myriam Seers
Adjointe de direction et responsable des événements

Maude Séguin
Responsable service à la clientèle
Étudiante à la Maîtrise en Études urbaines



INSPIRATIONS SYMPATHIQUES...

« Le sport ne fait pas vivre plus vieux, il fait vivre plus jeune. »

- Auteur inconnu

« Le sport est une évasion complète des préoccupations la vie. »

- François Hertel, romancier

« Le sport est dépassement de soi. Le sport est école de vie. »

- Aimé Jacquet, entraîneur de football

« Le sport développe la molécule du plaisir. »

- José Garcia, acteur

En réponse aux questions formulées par la Commission, notez que certaines de nos propositions reviennent occasionnellement puisqu'elles s'appliquent aux interrogations soulevées.

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 ?

- Poursuivre le développement des pistes cyclables en direction des centres communautaires, de loisirs et des centres sportifs;
- Sensibiliser la STM à augmenter, en dehors des périodes de pointe, la desserte du transport en commun vers les centres communautaires, de loisirs et les centres sportifs;
- Offrir aux citoyens n'ayant pas un mode de vie actif l'accès gratuit aux installations pour des périodes d'essai ou durant des périodes déterminées et les accompagner dans cette découverte;
- Offrir aux organismes communautaires, aux écoles primaires et secondaires l'accès gratuit aux installations sportives et leur fournir les équipements si nécessaire;
- Être à l'écoute des suggestions des intervenants des différents milieux qui desservent les jeunes et les familles;
- Ajuster l'offre de services en fonction des communautés et des quartiers;
- Promouvoir l'activité physique comme moyen efficace de prévention de la délinquance, de la toxicomanie et du bien-être psychologique et physique.

Questions spécifiques par orientation

UNE PARTICIPATION ACCRUE

Quelles sont les interventions les plus efficaces pour que les Montréalais intègrent davantage l'activité physique et le sport dans leur vie?

Le plaisir de bouger

- Mettre le terme « **plaisir** » à l'avant-scène comme moteur de développement d'un mode de vie physiquement actif. Qu'y a-t-il de plus stimulant que de jouer avec ses amis (même pour un adulte) et ses enfants ? Dans une société de plus en plus stressée, il est essentiel de retrouver le plaisir de jouer et de s'amuser pour compenser et oxygéner ses neurones. N'est-ce pas là une belle façon d'acquérir de saines habitudes de vie ?
- Viser les familles comme moteur de développement et leur donner tous les moyens possibles pour leur permettre de pratiquer une ou plusieurs activités sportives;

- Saisir la tendance actuelle des familles à vouloir faire des activités ensemble;
- Rendre l'expérience de bouger sympathique, amusante et sociale et axer sur le côté ludique de la pratique sportive plutôt que sur la performance et la compétition.

L'animation

- Investir dans l'accompagnement des citoyens participants, dans l'animation et le *coaching*;
- Faire en sorte que les animateurs et les *coachs* sportifs transmettent non seulement leurs connaissances techniques, mais qu'ils y intègrent davantage le fait que bouger c'est le « fun ». Le citoyen non sportif n'est pas attiré par la compétitivité, au contraire. La notion de divertissement saura davantage le convaincre que bouger n'est pas une tâche, mais une source de grande satisfaction;
- Rendre plus accessibles les formations de base pour les animateurs et les *coachs* en développant des formations de courte durée axées sur les notions de base et de plaisir;
- Renforcer les liens entre les différents intervenants et groupes d'intervention pour bonifier les offres et leurs complémentarités.

L'accessibilité

- Favoriser l'accessibilité dans tous les sens du terme : transport en commun et actif, gratuité et/ou tarifs symboliques selon les capacités financières des familles, des jeunes et des adultes;
- Favoriser davantage les sports qui peuvent être pratiqués sans contrainte de temps et les activités libres considérant que le temps de loisir des parents est de plus en plus limité dû au travail et à leurs obligations;
- Coordonner des programmes sportifs à même les lieux de travail pour soutenir la conciliation travail-sport et par le fait même, contrer la sédentarité.

Les infrastructures

- S'assurer de la qualité et de la sécurité des installations et de leurs équipements, de leur propreté et du service à la clientèle;
- Investir dans l'aménagement des installations sportives pour offrir une ambiance stimulante;
- Considérer les lieux sportifs comme des lieux de socialisation et y intégrer des espaces conviviaux;
- Multiplier et/ou améliorer les installations extérieures tels les Skateparks, les modules d'exercice pour tous les groupes âges et les installations reliées à l'art du déplacement.
- Rester à l'affût des sports émergents gagnant en popularité et pouvant attirer une nouvelle clientèle.

Comment rejoindre tous les groupes de citoyens, notamment les aînés, les adolescents, les femmes, les familles ?

- Passer par les écoles, les regroupements, les associations, les organismes communautaires, les entreprises, CJE, CDEC et autres associations;
- Offrir aux ados et aux jeunes familles des activités qui les intéressent, sans contrainte et en respectant leur volonté, même si les groupes intéressés ne sont pas importants en nombre. Il faut agir sur ceux qui sont motivés et ces derniers entraîneront les autres;
- Multiplier l'envoi d'information en utilisant les réseaux sociaux, les bulletins des arrondissements, les feuillets d'information et autres communications existantes;
- Utiliser les comptes de taxes municipales comme moyen d'annoncer les bonnes nouvelles et les services de la Ville visant le bien-être de sa population et sa volonté d'encourager les saines habitudes de vie;
- Supporter davantage les événements sportifs à caractère participatif;
- Occuper les espaces publics et les parcs avec des activités sportives participatives;
- Sensibiliser les employeurs à offrir des activités sportives sur les lieux de travail et à installer des douches pour les adeptes de transports actifs.

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

- Investir auprès des jeunes et les recruter afin d'assurer l'animation des centres sportifs et leur offrir des occasions de s'impliquer, de travailler en bougeant et de devenir des leaders dynamiques investis dans leur communauté. Si nous donnons aux jeunes la possibilité de s'épanouir, de gagner un peu d'argent durant leurs études en bougeant, ils adopteront ce style de vie pour toujours puisqu'ils en garderont des souvenirs positifs ayant marqué la vie de leurs clientèles;
- Supporter adéquatement les organismes qui sont déjà impliqués dans le mode de vie physiquement actif afin d'améliorer leurs services d'animation, de *coaching* et d'accompagnement auprès des différentes clientèles;
- Donner de l'éclat et investir dans les infrastructures existantes pour donner le goût de les fréquenter. Si c'est beau et lumineux, animé et stimulant, le citoyen ira avec intérêt et en sera fier;
- Tout comme Montréal s'est donné comme objectif de devenir une métropole culturelle, visons à faire de Montréal une métropole physiquement active.

Comment faire bouger davantage nos citoyens en hiver?

- Redonner le goût d'aller jouer dehors en suggérant des activités hivernales différentes qui permettent d'expérimenter, de découvrir, de se dépasser;
- Donner un accès gratuit pendant des périodes données aux activités sportives de toutes les installations intérieures et extérieures de la ville et de ses partenaires sportifs;

- Favoriser l'accessibilité dans tous les sens du terme : transport actif et en commun, gratuité et/ou tarifs symboliques selon les capacités financières des familles, des jeunes et des adultes;
- Transformer les pistes de vélo du futur « CESH sportif » en pistes de ski de fond et de raquette, développer des pentes pour la traine sauvage et les sports de glisse, des pistes de descente de luge, développer l'escalade sur glace, offrir un espace dédié au Surf des neiges;
- Développer des circuits et des sentiers de patin à glace dans les grands parcs de Montréal et animer ces lieux en offrant des cours d'initiation, des circuits d'habileté et autres.

DES ENVIRONNEMENTS URBAINS PLUS FAVORABLES

Que faire pour améliorer l'accès à des installations et à des infrastructures de qualité?

- Favoriser l'accessibilité dans tous les sens du terme : transport actif et en commun, gratuité et/ou tarifs symboliques selon les capacités financières des familles, des jeunes et des adultes;
- Poursuivre le développement des pistes cyclables en direction des centres communautaires, de loisirs et des centres sportifs.

La STM...

- Impliquer la STM dans la dynamique d'accessibilité;
- Sensibiliser la STM à augmenter la desserte du transport en commun vers ces centres communautaires et de loisirs et les centres sportifs, notamment durant les heures hors des heures de pointe;
- Avec la complicité de la STM, offrir le transport gratuitement ou à des tarifs très privilégiés aux groupes mentionnés ci-haut ainsi qu'aux écoles et aux camps de jour de la Ville.

À l'avenir, quelles pourraient être les priorités à cet égard?

- Favoriser l'accessibilité dans tous les sens du terme : transport actif et en commun, gratuité et/ou tarifs symboliques selon les capacités financières des familles, des jeunes et des adultes;
- Poursuivre le développement des pistes cyclables en direction des centres communautaires, de loisirs et des centres sportifs.

D'autres espaces publics où bouger sont-ils possibles?

Le « CESH... sportif »

- Donner une vocation sportive au CESH, futur 2^e plus grand parc de Montréal, et en faire un site de pratique sportive liée aux sports alternatifs et sur roues :
 - Pistes de vélo qui relient les quatre quartiers limitrophes;
 - pistes de vélo de montagne de niveau débutant, intermédiaire et avancé;
 - pistes de vélo BMX de compétition de niveau local, national et international et en faire le centre d'entraînement national;
 - vélodrome extérieur;
 - circuits de patin à roues alignées;
 - pistes de patin à roues alignées de vitesse (incliné et plate);
 - à partir de la tour d'observation adjacente au TAZ, construire des pentes pour les sports de glisse estivale et hivernale (patin aligné de descente, Long Board, luge, Snow Park, etc.);
 - à partir de la tour d'observation adjacente au TAZ, installer une Tyrolienne et une remontée mécanique;
 - sur le lac, installer un système pour la pratique du Wakeboard et du surf;
 - sur les falaises, développer des circuits pour l'escalade et la Via Ferrata, escalade sur glace en hiver;
 - sur les hauts plateaux du CESH, permettre le cerf-volant et la pratique du Kitesurfing;
 - lancer un concours pour donner un nouveau nom à ce futur 2^e plus grand parc de Montréal;
 - faire du CESH une destination métropolitaine d'envergure nationale et internationale pour la pratique des activités sportives alternatives;
 - accueillir des événements de participation sportive citoyenne et de compétitions nationales et internationales dédiées aux sports d'action et alternatifs;
 - utiliser Le TAZ comme lieu central de ce développement sportif offrant ainsi une visibilité mondiale à la Ville de Montréal et un attrait incomparable pour les citoyens montréalais;
 - faire de Montréal et du CESH, un lieu de participation sportive citoyenne ayant une signature forte, distinctive et dynamique et dont les citoyens seraient enfin fiers de ce lieu gigantesque.

Notez que ces propositions à l'égard du CESH ont été suggérées à plusieurs politiciens, fonctionnaires et intervenants depuis 2008. Une lettre, à cet égard, adressée en 2009 à M. Marcel Tremblay est jointe en annexe.

Comment façonner les milieux de vie montréalais pour favoriser l'activité physique?

- Mieux exploiter les espaces existants, dont les parcs, et y développer notamment des modules d'exercice et des circuits liés à l'art du déplacement;
- Mieux entretenir les installations existantes (centres sportifs et de loisirs, parcs, etc.), les Skateparks extérieurs, les patinoires extérieures, les sites de Basketball et de

Volleyball de plage, en assurer la surveillance et l'animation, la propreté et les rendre plus sécuritaire;

- Spécialiser certains parcs à l'égard de certains sports;
- S'inspirer des activités vécues dans les parcs et lieux publics et qui se pratiquent naturellement par les citoyens et les différentes communautés culturelles et les encourager;
- Créer davantage de lieux qui s'auto animent : Basketball, Volleyball de plage, Skateparks, Roller-hockey, modules de mise en forme, etc.;
- S'inspirer des activités qui se pratiquent naturellement dans plusieurs des parcs et lieux publics par les citoyens eux-mêmes et les encourager (Parkour, Slackline, Frisbee, Aki Filet, jonglerie, Yoga, etc.);
- Laisser libre cours à l'imaginaire citoyen et encourager l'appropriation des espaces publics par les initiatives populaires (plus de liberté);
- Rendre les lieux publics et les parcs plus sécuritaires pour en favoriser l'utilisation en tout temps;
- Aménager les lieux publics pour les rendre conviviaux : bancs de parc et tables de pique-nique de qualité, réseaux Wi-Fi accessibles, etc.;
- Impliquer les Commissions scolaires et rendre davantage accessibles les écoles en dehors des heures de classe pour la pratique d'activités sportives.

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?

- Investir auprès des jeunes et les engager dans l'animation des centres sportifs. Leurs offrir des occasions de s'impliquer, de travailler en bougeant et devenir des leaders dynamiques investis dans leur communauté. Si nous donnons aux jeunes la possibilité de s'épanouir, de gagner un peu d'argent durant leurs études en bougeant, ils adopteront pour le reste de leur vie l'habitude et le désir de bouger toute leur vie;
- Donner de meilleurs moyens financiers aux organismes qui sont déjà impliqués dans le mode de vie physiquement actif afin d'améliorer leurs services d'animation, de *coaching* et d'accompagnement auprès des différentes clientèles;
- Avec les intervenants en sport et loisirs, considérer l'activité physique amateur comme un mode d'insertion sociale, un élément de développement économique et social important dans la dynamique urbaine;
- Impliquer davantage les professionnels du sport et les vedettes à titre de leaders et d'acteurs actifs auprès des citoyens dans le développement des saines habitudes de vie;
- Solliciter les entreprises privées à s'associer aux vedettes et clubs sportifs professionnels pour financer les activités sportives dédiées aux citoyens incluant les jeunes et les familles et inviter leurs propres employés à bouger.

Pour conclure...

Montréal a tout ce qu'il faut pour relever le défi lancé. Montréal s'affiche déjà comme une ville fervente de sports. On n'a qu'à penser à l'engouement des montréalais pour les équipes professionnelles de hockey, de football ou de soccer d'ici. Encourager ces athlètes est presque un sport national à Montréal ! Il apparaît tout naturel d'impliquer les partisans, ces sportifs de salon, en les invitant à participer à l'activité. Les bienfaits de l'activité physique sont bien connus : bouger et dépenser de l'énergie contribuent au maintien d'une bonne santé et favorisent à l'adoption de saines habitudes de vie. Il s'agit maintenant de passer à l'action.

Le TAZ désire continuer à s'impliquer dans les prochaines démarches de la Ville de Montréal. Les initiatives de cette dernière pour rendre ses citoyens actifs se situent dans la foulée des efforts faits par Le TAZ en créant une offre sportive audacieuse pour la communauté, toujours en restant à l'écoute de ses besoins.

Miser sur l'accessibilité, diversifier constamment son offre de services afin de satisfaire un nombre grandissant de sportifs de tous âges, toujours dans un esprit de plaisir, ont fait la marque distinctive du TAZ. Ce sont à notre avis parmi les thèmes à privilégier.

Merci de nous offrir la possibilité de s'exprimer face à cet enjeu important.

Sportivement vôtre,

Michel Comeau