

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

La ruelle verte pour un mode de vie physiquement actif  
dans l'espace urbain commun



Crédit photo : Éco-quartier Rosemont-La Petite-Patrie

Regroupement des  
**éco<sup>rs</sup>  
quartiers**

22/01/2013

Regroupement des éco-quartiers

*3305 rue Masson  
Montréal (Qc), H1X 1R3  
514-507-5401  
[www.eco-quartiers.org](http://www.eco-quartiers.org)*

## Table des matières

<b>MÉMOIRE DÉPOSÉ DANS LE CADRE DE L'EXAMEN PUBLIC MONTRÉAL, PHYSIQUEMENT ACTIVE.....</b>	<b>1</b>
<b>QUE FAUT-IL FAIRE POUR FAÇONNER NOTRE VILLE ET ENGAGER NOS COMMUNAUTÉS AFIN QUE NOS CITOYENS ADOPTENT UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF?.....</b>	<b>3</b>
<b>MISE EN CONTEXTE.....</b>	<b>4</b>
<b>POUR L'AMÉNAGEMENT D'ENVIRONNEMENTS FAVORABLES À UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF.....</b>	<b>5</b>
<b>LA RUELLÉ : LE TERRAIN DE JEU HISTORIQUE DES PETITS MONTRÉALAIS.....</b>	<b>5</b>
<b>POURQUOI LES ENFANTS NE JOUENT PLUS DANS LES RUELLÉS ? .....</b>	<b>6</b>
<i>Une vocation en mutation .....</i>	<i>6</i>
<i>Une question de sécurité.....</i>	<i>6</i>
<b>LA RUELLÉ VERTE : UN AMÉNAGEMENT STRUCTURANT EN FAVEUR D'UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF.....</b>	<b>7</b>
<b>RECOMMANDATIONS.....</b>	<b>8</b>
<i>Penser l'aménagement des ruelles vertes selon le principe des structures permanentes, temporaires et éphémères.....</i>	<i>8</i>
<i>Structures permanentes .....</i>	<i>9</i>
<i>Structures temporaires.....</i>	<i>10</i>
<i>Structure éphémères.....</i>	<i>10</i>
<b>QUELQUES EXEMPLES INSPIRANTS.....</b>	<b>10</b>
<i>La Ruelle animée du Dr Julien .....</i>	<i>10</i>
<i>Aménagements dans les ruelles du Plateau-Mont-Royal .....</i>	<i>10</i>
<i>Country lanes à Vancouver .....</i>	<i>11</i>
<i>Zones de rencontre en Europe .....</i>	<i>11</i>
<b>RÉFÉRENCES.....</b>	<b>12</b>

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

La ruelle verte pour un mode de vie physiquement actif dans l'espace urbain commun

**PAR LE REGROUPEMENT DES ÉCO-QUARTIERS**



Crédit photo : Éco-quartier Rosemont  
La Petite-Patrie

« Dans une ville en effet, les enfants ont besoin de toute une série d'endroits pour jouer et pour apprendre. Entre autres choses, ils doivent pouvoir disposer de facilités pour pratiquer toutes sortes de sports, de faire de l'exercice ou développer leurs aptitudes physiques ; ces facilités devraient être plus nombreuses et plus accessibles qu'elles ne le sont la plupart du temps à l'heure actuelle. Mais en même temps, ils doivent aussi pouvoir disposer de lieux en plein air bien à eux, pour jouer, fainéanter et commencer à se faire leur idée sur le monde » (Jacobs 2012, 80)

## **QUE FAUT-IL FAIRE POUR FAÇONNER NOTRE VILLE ET ENGAGER NOS COMMUNAUTES AFIN QUE NOS CITOYENS ADOPTENT UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF?**

Le Regroupement des éco-quartiers (REQ) salue la démarche de consultation entreprise 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. Nous sommes heureux d'apporter notre contribution à la réflexion.

## MISE EN CONTEXTE

Le REQ est un regroupement de 23 organismes dédiés à l'éducation relative à l'environnement (ERE) fortement enracinés dans l'ensemble du territoire montréalais. Le REQ s'est donné comme mission principale d'accompagner les citoyens et les professionnels vers un environnement sain, un développement écologiquement viable de leur milieu de vie et l'amélioration du tissu social.

En 1999 fut fondé le Regroupement de services éco-quartier (RESEQ), devenu officiellement le Regroupement des éco-quartiers en 2008. Il assure la représentation de ses membres et porte des projets dans toute l'agglomération de Montréal. Le REQ assure depuis 2010 la coordination de la Patrouille bleue de Montréal et, depuis 2012, de la Patrouille verte en partenariat avec la Ville de Montréal, les arrondissements et les villes liées. Les Patrouilles bleues et vertes sont constituées de jeunes étudiants dédiés à la sensibilisation environnementale sur toute l'île de Montréal. Le REQ gère également le projet Un camp zéro déchet depuis 2012 en partenariat avec la Ville de Montréal. Il est aussi partenaire du CRE Montréal et de l'AQPERE et participe activement aux débats publics en environnement à Montréal.

Les 23 membres du REQ sont particulièrement connus pour avoir joué un rôle déterminant dans la création de projets dynamisant le milieu urbain, tels que plus de 75 ruelles vertes, des fêtes de quartier, de jardins collectifs et de nombreuses initiatives en agriculture urbaine. Nous desservons à l'année près de 90% de la population de la Ville de Montréal répartie dans 15 des 19 arrondissements, soit 1 491 652 citoyens.

Notre approche est axée sur la résolution de problèmes environnementaux et sociaux. Nous faisons appel à une diversité de pratiques et de stratégies d'apprentissage de nature critique, créative, expérientielle et participative qui sont orientées vers l'action, la transformation sociale et écologique de la société. Les dimensions émotionnelle, récréosportive, psychologique et affective de la relation à l'environnement sont aussi prises en compte.

Nos éducateurs ne se présentent pas comme des autorités en matière d'environnement, mais bien comme des co-agents de changement. Ils reconnaissent les connaissances antérieures des participants et les mobilisent à travers le dialogue et le débat afin de co-construire une nouvelle compréhension de notre relation d'interdépendance à l'environnement.

Nous visons à soutenir les citoyens dans l'atteinte des objectifs suivants :

1. Développer des savoirs et des savoir-faire permettant l'amélioration de la qualité de vie de son milieu;
2. Amener les citoyens à participer activement à leur communauté;
3. Développer une attitude critique constructive;
4. Appliquer ses apprentissages à différents contextes (travail, loisirs, etc.);
5. Réduire son empreinte écologique.

Notre travail étant centré depuis 18 ans sur l'amélioration de la qualité de vie et la mobilisation citoyenne, nous pensons pouvoir apporter des pistes de solution pour façonner notre ville et engager nos communautés afin que nos citoyens adoptent un mode de vie physiquement actif.

## **POUR L'AMENAGEMENT D'ENVIRONNEMENTS FAVORABLES A UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF**

Tel que mentionné dans le document de consultation *Montréal, physiquement active*, la valorisation de l'activité physique et des saines habitudes de vie peut être intégrée dans l'aménagement de notre territoire, grâce aux principes du design actif.

Un environnement favorable à un mode de vie physiquement actif est composé d'aménagements qui priorisent d'abord et avant tout la proximité et l'accessibilité dans un espace sécuritaire. Les notions de connectivité, d'esthétique et de convivialité sont également déterminantes.

### **LA RUELLE : LE TERRAIN DE JEU HISTORIQUE DES PETITS MONTREALAIS**

Dans l'histoire de Montréal, la ruelle a longtemps été l'espace privilégié pour la pratique d'activité physique. Pour de nombreux Montréalais, les ruelles évoquent des souvenirs rattachés au terrain de jeu de leur enfance, comme en témoignent les extraits ci-dessous.

« Mais la ruelle était, d'abord et avant tout, le pays des enfants. C'était le périlleux chemin des pionniers du Far West, la piste sinueuse des cowboys texans, les terres ancestrales des Sioux, lieu d'embuscades des Iroquois, de Radisson, Des Groseilliers, et des Apaches en peintures de guerre. (...) C'était, même en été, la patinoire du Canadien et, en janvier, l'endroit parfait pour façonner les corps de nos bonhommes de neige, pour ériger des forts, pour laisser se poser puis fondre les flocons sur nos visages et sur nos langues, ou dessiner, sur la poudreuse fraîchement tombée, des formes d'anges. » (Lafrance 2006)

« J'ai été élevé, jusqu'à quinze ans, (...) selon la très montréalaise formule du *va donc jouer dans la ruelle* ; nous n'étions pas achevés d'habiller, le samedi matin, que nos mères secouaient les cuisines et les galeries et nous catapultaient comme des restes de table dans la ruelle, avec nos santés florissantes et nos lacets trébuchants. Même la semaine, après l'école, on apercevait ici et là nos amis débouler les escaliers et rouler comme des dés sur le béton jusqu'au milieu du territoire de nos libertés enfantines. Et j'exagère à peine » (Carpentier 2005, 15)

## **POURQUOI LES ENFANTS NE JOUENT PLUS DANS LES RUELLES ?**

### ***Une vocation en mutation***

La vocation récréative des ruelles a disparu au profit de la circulation automobile pendant les années 50 et au tournant des années 60. Les enfants et les promeneurs ont progressivement délaissé ces espaces. Aujourd'hui, les ruelles montréalaises ont souvent mauvaise réputation ; on leur reproche d'être sales et non-sécuritaires. Elles sont souvent sous-utilisées, peu accueillantes et négligées, tant par les citoyens que par l'administration publique.

Les riverains sont de plus en plus nombreux à ériger des clôtures, empêchant toute interaction entre les cours arrière et les ruelles et réduisant ces dernières à des lieux de transit. Le manque d'entretien de la chaussée, l'éclairage insuffisant et les problèmes de drainage dans certaines ruelles détériorent les conditions de jeu et de marche.

Cette dégradation est accentuée par l'augmentation de la circulation automobile. Plusieurs automobilistes utilisent les ruelles pour contourner les feux de circulation et les embouteillages, malgré la réglementation interdisant la circulation dans les ruelles pour passer d'une rue à l'autre. Cette situation devient problématique dans certains secteurs, notamment dans les arrondissements centraux où il y a beaucoup de circulation de transit aux heures de pointe.

### ***Une question de sécurité***

La sécurité, réelle ou perçue, est déterminante dans la fréquentation active des ruelles. Elle passe par la mise en place de mesures d'apaisement de la circulation, un éclairage adéquat, la propreté et l'embellissement du lieu ainsi que la création d'un réseau de solidarité entre voisins. La plantation d'arbres et de végétation contribue à humaniser l'échelle d'un lieu. Qui dit lieu à échelle humaine dit espace plus fréquenté et animé, ce qui se traduit par une amélioration de la sécurité réelle et perçue.

Selon Jane Jacobs, la surveillance de la rue par ses habitants est essentielle pour en assurer la sécurité. Il doit y avoir des « yeux dans la rue », les façades des immeubles, ou les cours arrière dans le cas des ruelles, doivent nécessairement être ouvertes. Un mur sans fenêtre ou une clôture haute et opaque rendent impossible cette surveillance de la rue (ou la ruelle) par ses « propriétaires naturels ». Une ruelle doit également être fréquentée par une masse critique de personnes pour augmenter le nombre « d'yeux en action » et inciter les riverains à observer ce qui s'y passe. « La sécurité est en effet garantie au mieux, sans effort visible et avec le minimum d'hostilité ou de suspicion, là où, précisément, les gens circulent avec plaisir et sont très peu conscients du fait qu'ils assurent eux-mêmes la police » (Jacobs 2012, 42).

La surveillance des enfants par la communauté de la rue passe inévitablement par la fréquentation et l'animation de cette dernière. « Lorsque les rues ne sont pas assez animées, elles ne sont pas assez surveillées pour accueillir des enfants sans leurs parents » (Jacobs 2012, 78).

## LA RUELLE VERTE : UN AMENAGEMENT STRUCTURANT EN FAVEUR D'UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF

Avec quelque 475 km de ruelles (Carpentier 2005, 13), le réseau montréalais détient un énorme potentiel pour stimuler l'interaction sociale entre voisins, pour élargir le terrain de jeu des enfants et pour proposer des itinéraires alternatifs pour la pratique des transports actifs. Il est possible de concevoir la ruelle en tant qu'espace de vie en interaction avec le cadre bâti environnant. Quelles vocations souhaitons-nous pour nos ruelles ? Circulation exclusive ou espaces de socialisation pour jouer et bouger ? La sécurité et la convivialité du lieu ainsi que l'implication des décideurs locaux sont nécessaires afin de créer ces derniers.



Crédit photo : Éco-quartier  
Ahuntsic-Cartierville

L'accessibilité et la proximité de la ruelle pour favoriser un mode de vie physiquement actif sont des incitatifs importants, lorsque l'on sait que le transport et le manque de temps sont les principaux facteurs limitant la pratique d'activité physique chez les jeunes, selon les informations contenues dans le mémoire de Québec en Forme déposé à la consultation *Montréal, Physiquement active* (Québec en Forme 2012, 2). La ruelle remplit tout à fait ces critères : étant située à proximité du lieu de résidence, les déplacements souvent coûteux et chronophages sont réduits.

Plusieurs recherches ont souligné l'importance des façades ouvertes (ou des cours ouvertes, dans le cas qui nous intéresse) sur la vitalité de l'espace public. Ces recherches ont fait ressortir les zones entourant les façades ouvertes comme les endroits les plus actifs d'un quartier résidentiel (Gehl 2012, 94-101). Voilà une piste intéressante à explorer pour intégrer l'activité physique au quotidien, dans les ruelles, à proximité des cours arrière.

Il faut rendre les ruelles montréalaises accueillantes et sécuritaires pour que les enfants (et les adultes) y pratiquent des activités physiques. Notre expérience, nous a permis d'observer que la ruelle verte est une composante d'un environnement urbain favorable à un mode de vie physiquement actif.

La ruelle verte, par une démarche d'investissement des citoyens de l'espace public, devient un lieu plus sécuritaire et convivial pour la pratique de l'activité physique de manière spontanée et improvisée. Elle multiplie les occasions de jeux libres et collectifs, d'activités ludiques et de déplacements actifs. Pour ce faire, il importe de rendre les ruelles plus accueillantes par des aménagements sécuritaires et conviviaux pour les enfants, les piétons, les cyclistes, les skieurs et les raquetteurs. Cela implique de bloquer la circulation automobile de transit et de prioriser le piéton. L'administration publique a un rôle à jouer, en matière de réglementation et en tant que bailleur de fonds pour octroyer des sommes dévolues à l'aménagement de ruelles vertes.



Crédit photo : Éco-quartier  
Maisonnette-Longue-Pointe

Le processus d'aménagement d'une ruelle verte permet de tisser des liens entre voisins. Cet élargissement du réseau de solidarité entre voisins participe au sentiment de sécurité. Cela peut se traduire par la création de comités de ruelle et l'organisation de fêtes de voisins ou de 5 à 7 improvisés le vendredi soir. En élargissant du même coup le terrain de jeu des enfants, la ruelle verte peut devenir le théâtre de parties de soccer et de hockey spontanées. Les parents ont l'esprit tranquille, sachant que leurs enfants ne risquent pas de se faire renverser par une voiture et qu'il y a toujours un adulte de confiance à proximité.

Il serait dommage de ne pas saisir cette opportunité de surveillance gratuite du voisinage et d'aménagement des ruelles à un coût relativement faible par rapport aux résultats. Ce serait une erreur, sur les plans social et économique, de tout miser sur la construction d'infrastructures de loisirs onéreuses, dans lesquelles on doit de surcroît payer des adultes pour surveiller les enfants.

« Les rue sont très importantes aussi pour les enfants en raison des merveilleuses opportunités qu'elles leur offrent. (...) Ils pataugent dans les flaques, écrivent à la craie, sautent à la corde, font du patin à roulettes, jouent aux billes, font étalage de leurs possessions, discutent entre eux, procèdent à des échanges, jouent à la balle, montent sur des échasses, décorent leurs caisses à roulettes, démontent de vieilles voitures d'enfants, grimpent sur des balustrades, montent et descendent en courant. Ces activités n'ont rien d'extraordinaire et on ne voit vraiment pas pourquoi il faudrait les pratiquer dans le cadre d'une organisation officielle et dans un lieu déterminé. D'ailleurs, leur attrait tient en partie au sentiment de liberté qu'éprouvent les enfants en parcourant les rues dans tous les sens, au lieu d'être enfermés dans un endroit qui leur est strictement réservé. S'il n'est pas possible d'exercer ces activités de façon impromptue et dans l'environnement approprié, autant dire qu'elles n'auront pas souvent cours. » (Jacobs 2012, 84)

## RECOMMANDATIONS

### ***Penser l'aménagement des ruelles vertes selon le principe des structures permanentes, temporaires et éphémères***

- Les structures permanentes sont les éléments façonnant l'espace urbain et le cadre de vie ;
- Les structures temporaires sont les aménagements occupant l'espace pendant une période déterminée (une saison par exemple) ;
- Les structures éphémères sont composées d'activités et d'événements de courte durée.

(Gehl 2012, 173)



Crédit photo : Éco-quartier  
Ahuntsic-Cartierville

## Structures permanentes

- Planter des arbres, des arbustes, des plates-bandes et des potagers collectifs ;
- Convertir les ruelles en cul-de-sac ou en impasse en bloquant la circulation de transit par des barrières physiques :
  - Bacs à fleurs ;
  - Bacs d'agriculture urbaine ;
- Limiter la vitesse à 10 km/h et la circulation aux riverains, aux véhicules d'urgence, d'entretien et de maintenance ;
- Introduire des mesures d'apaisement de la circulation :
  - Dos d'âne ;
  - Chicane ;
  - Créneaux ;
  - Entraves ;
  - Changement du matériau de surface ;
- Mobiliser les riverains et mettre sur pied des comités de ruelle pour les encourager à s'investir sur le long terme dans leur ruelle ;
- Installer du mobilier pour le repos des marcheurs, cyclistes, skieurs, raquetteurs :
  - Bancs ;
  - Tables à pique-nique ;
  - Fontaines d'eau ;
- Éclairer adéquatement les ruelles pour augmenter la sécurité réelle et perçue lorsqu'il fait nuit ;
- Entretenir la chaussée et les systèmes de drainage ;
- Encourager les riverains à diminuer la hauteur des clôtures ;
- Intégrer des opportunités de jouer et de bouger dans les ruelles :
  - Marquage au sol de terrains de hockey, de marelles, de serpents-échelles, de quatre coins ou encore de pièces de maison et de trajets menant par exemple à un bac d'agriculture urbaine ou un potager collectif ;
  - Penser à laisser des surfaces minéralisées pour faire rebondir les ballons ;
- Installer des hangars collectifs pour entreposer les équipements sportifs saisonniers et éphémères (buts de hockey, vélos, etc.) ;
- Installer des panneaux de signalisation indiquant que l'on se trouve dans une ruelle verte.



Crédit photo : Éco-quartier  
Rosemont-La Petite-Patrie



Crédit photo : Éco-quartier  
Sainte-Marie



Crédit photo : Éco-quartier  
Maisonnette-Longue-Pointe

## Structures temporaires

- Installer des équipements ludiques et récréosportifs en fonction de la saison :
  - Paniers de basket ;
  - Balançoires ;
  - Parcours à obstacles ;
  - Portiques de jeu ;
  - Parcours de mise en forme pour adultes ;
- L'hiver, entretenir des pistes de ski de fond et des patinoires, penser aussi aux raquetteurs ;
- Lorsque la saison le permet, pratiquer l'agriculture urbaine dans les ruelles : aménager des ruelles nourricières en plantant des arbres et arbustes fruitiers, des fines herbes, des plants de fraises et autres plantes potagères afin d'intégrer la promotion d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif au sein d'un même lieu.



Crédit photo : Éco-quartier  
Rosemont-La Petite-Patrie

## Structure éphémères

- Favoriser la participation citoyenne par l'organisation d'animations : des journées de plantation, des fêtes de ruelle, des olympiades, des tournois, des projections de films, des 5 à 7 entre voisins, des lectures de contes dans la ruelle, des spectacles, etc. afin créer des liens entre voisins.



Crédit photo : Éco-quartier  
Peter-McGill

## QUELQUES EXEMPLES INSPIRANTS

### *La Ruelle animée du Dr Julien*

En 2008, à l'initiative du centre Assistance d'enfants en difficultés (AED) de la Fondation du Dr Julien, les voisins et les propriétaires de la rue Aylwin, dans Hochelaga-Maisonneuve se sont mobilisés autour de l'aménagement de la Ruelle animée du Dr Julien. Leur projet : faire de la ruelle un espace accueillant et sécuritaire pour les familles du quartier, un terrain de jeu pour les enfants.

(<http://www.fondationdrjulien.org/nouvelles-et-%C3%A9v%C3%A9nements/communiqu%C3%A9s-de-presse/2012/la-ruelle-du-dr-julien-est-de-retour-pour-un-%C3%A9t%C3%A9-festif.aspx>)

### *Aménagements dans les ruelles du Plateau-Mont-Royal*

À la demande de citoyens, l'arrondissement Le Plateau Mont-Royal bloque, depuis 2010, certaines ruelles pour empêcher la circulation de transit. L'accès pour les riverains y est préservé en laissant une entrée ouverte. Cette mesure d'apaisement de la circulation a permis de rendre les ruelles plus sécuritaires et accueillantes pour les enfants en ramenant les voitures sur le réseau routier. (<http://www1.ville.montreal.qc.ca/banque311/node/1367>)

## ***Country lanes à Vancouver***

La ville de Vancouver développe depuis 2002 des *Country lanes* en guise de solution de rechange aux *back lanes* (équivalent des ruelles montréalaises) toutes asphaltées. L'idée est de changer le matériau de surface afin de laisser l'eau percoler dans le sol, tout en laissant deux bandes minéralisées pour permettre aux voitures de circuler aisément. Ces aménagements ont pour effets d'apaiser la circulation automobile et de rendre les ruelles plus accueillantes, en plus d'améliorer la gestion des eaux pluviales. ([http://www.tc.gc.ca/media/documents/programs/cs23e\\_countrylanes.pdf](http://www.tc.gc.ca/media/documents/programs/cs23e_countrylanes.pdf))

## ***Zones de rencontre en Europe***

Les zones de rencontre, aussi connues sous le nom de *woonerf*, sont des espaces urbains à usage partagé où la priorité est accordée d'abord aux piétons, puis aux cyclistes dans une moindre mesure. La vitesse maximale des véhicules motorisés est fixée à 20 km/h, le trafic de transit y est interdit, et les aménagements se font dans une démarche de concertation avec les riverains. Une signalisation spécifique est installée, indiquant l'entrée et la sortie dans une zone de rencontre. La Belgique, la France, la Suisse, l'Allemagne et les Pays-Bas ont formellement intégré ce concept dans leur réglementation. Les appellations varient selon le lieu. (<http://www.rue-avenir.ch/themes/zones-de-rencontre/ailleurs/>)

## RÉFÉRENCES

Carpentier, André. 2005. *Ruelles, jours ouvrables*. Montréal : Les Éditions du Boréal, 358 pages.

Gehl, Jan. 2012. *Pour des villes à échelle humaine*. Montréal : Les Éditions Écosociété, 263 pages.

Jacobs, Jane. 2012. *Déclin et survie des grandes villes américaines*. Marseille : Éditions Parenthèses, 411 pages. (Première publication à New York en 1961 aux éditions Random House).

Lafrance, Suzanne. 2006. « Le pays des enfants ». *Cap-aux-Diamants : la revue d'histoire du Québec*. Numéro 87 (automne) : p.42.

Québec en forme. 2012. *Montréal Physiquement active*. Mémoire présenté à la Commission permanente sur la culture, le patrimoine et les sports le 5 décembre [En ligne] : [http://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/COMMISSIONS\\_PERM\\_V2\\_FR/MEDIA/DOCUMENTS/MEM\\_QCENFORME\\_20121205.PDF](http://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/COMMISSIONS_PERM_V2_FR/MEDIA/DOCUMENTS/MEM_QCENFORME_20121205.PDF) (page consultée le 17 janvier 2012).