

Partenaire du Plan d'action

# MONTRÉAL PHYSIQUEMENT ACTIVE

#MTLPhysActive

## Politique du sport et de l'activité physique

Plan d'action  
régional

Novembre 2014

Montréal 







Partenaire du Plan d'action

**MONTREAL  
PHYSIQUEMENT  
ACTIVE**

#MTLPhysActive

# Politique du sport et de l'activité physique

Plan d'action  
régional

# Mot de Monsieur le maire Denis Coderre



Montréal est une ville olympique. Mon intérêt pour le sport est bien connu. Je considère qu'il procure des bienfaits économiques, personnels et sociaux indéniables.

On sait que la pratique régulière d'une activité physique est source de qualité de vie et contribue de manière importante à préserver et à améliorer la santé. Les Montréalais doivent combattre la sédentarité. Être physiquement actif contribue à la vitalité de nos communautés.

La première *Politique du sport et de l'activité physique* que Montréal vient d'adopter est en continuité avec la reconnaissance des bienfaits du sport qui ne nous a jamais quittés depuis 1976.

La *Politique* est le résultat d'une initiative de la Ville de Montréal, échelonnée sur une période de deux ans, à laquelle de nombreux citoyens et partenaires ont pris part. La consultation publique de 2012-2013 et le *Sommet Montréal physiquement active* ont guidé la réflexion de tous les partenaires.

Les orientations et les priorités de la *Politique* témoignent de l'importance que j'accorde à ce domaine pour le rayonnement de la métropole. La Ville de Montréal veut de plus en plus accueillir les événements sportifs de calibre international. Pour nous, c'est une belle occasion d'améliorer nos installations collectives. Il m'apparaît important d'offrir aux Montréalais des espaces de qualité pour pratiquer leurs activités ou leurs sports favoris.

En mon nom et au nom de tous les Montréalais, je tiens à remercier les partenaires des milieux de l'aménagement, du transport, de la santé, de l'éducation, du monde municipal, du milieu communautaire, d'entreprises ainsi que du milieu du sport et du loisir qui ont participé activement au *Sommet Montréal physiquement active* et à la conception de cette *Politique du sport et de l'activité physique*, ainsi qu'à ses orientations et priorités d'action.

A handwritten signature in black ink, which appears to be 'Denis Coderre'. The signature is stylized and written in a cursive-like font.

**Denis Coderre**  
Maire de Montréal

# Politique du sport et de l'activité physique

## NOTRE VISION COMMUNE

En 2025, à la grandeur de l'île, Montréal est une métropole physiquement active, inclusive et accessible à tous, reconnue mondialement pour la qualité de son milieu de vie et son dynamisme sportif.

## NOTRE BUT

Mettre en place des environnements favorables à l'activité physique\* pour inciter les personnes résidant ou se déplaçant sur l'île de Montréal à devenir et à rester physiquement actives.

## LA PORTÉE DE LA POLITIQUE

Cette Politique s'adresse d'abord à tous les acteurs publics et privés de l'île de Montréal qui, par leur volonté et leur engagement, peuvent contribuer à rendre Montréal physiquement active. Elle appelle aussi toutes les personnes à s'épanouir par l'activité physique.

*\* L'activité physique peut être composée d'activités physiques utilitaires, d'activités de déplacement pour le plaisir ou à des fins de transport et d'activités sportives et physiques récréatives.*

*NOTE: Le plan d'action régional est composé de deux documents: 1. Politique du sport et de l'activité physique et 2. Orientations et priorités d'action.*



## LES PRINCIPES DIRECTEURS

Dans leurs actions, les partenaires de la Politique seront guidés par des principes directeurs inspirés de la Charte internationale de Toronto pour l'activité physique :

- Réduire les inégalités sociales liées à la santé selon les principes du développement durable et de l'accessibilité universelle;
- Rendre l'activité physique attrayante pour tous;
- Engager les citoyens et la communauté locale;
- Assurer une cohésion régionale;
- Travailler en partenariat et soutenir les acteurs de la société civile;
- Favoriser la connaissance, partager l'expertise et faire connaître les initiatives inspirantes et probantes.

## LES QUATRE AXES D'UNE MÉTROPOLE PHYSIQUEMENT ACTIVE

### 1 Un aménagement des milieux de vie en faveur de l'activité physique

Pour aménager des milieux de vie et des projets urbains incitant à la pratique de l'activité physique, le design actif privilégie :

- La compacité de la forme urbaine;
- La mixité des activités;
- Une offre de transport diversifiée;
- Une répartition géographique équitable des équipements collectifs de sport et de loisir;
- Un accès facile et sécuritaire aux espaces publics, commerciaux, naturels et de plein air.

### 2 L'accessibilité des déplacements actifs et du plein air urbain

Pour que les citoyens désirent s'approprier leurs milieux de vie en toute saison, il faut :

- Des corridors piétonniers, des réseaux de parcs et d'espaces verts accessibles à tous;
- Un réseau cyclable valorisé et sécuritaire;
- Des aménagements naturels adaptés à l'activité physique et attrayants;
- Un patrimoine paysager et écologique mis en valeur (ex.: berges et parcs-nature).

### 3 La valorisation de la pratique sportive et de ses événements

Pour favoriser les activités sportives pour tous, tout au long de la vie, il faut :

- Des installations et des services pour tous les niveaux de pratique sportive (l'initiation à la pratique du sport, le sport récréatif, le sport compétitif et le sport de haut niveau);

- Une complémentarité entre les milieux sportif, communautaire, municipal, scolaire et de la santé;
- Un encadrement de qualité et des conditions de pratique sécuritaires;
- Une adaptation évolutive des activités, au rythme des tendances et des besoins émergents;
- Des événements de sport et d'activité physique qui suscitent l'intérêt de la population;
- Une valorisation des modèles physiquement actifs inspirants au sein de leur communauté.

### 4 La promotion et la communication d'un mode de vie physiquement actif

Pour promouvoir et communiquer un mode de vie physiquement actif, il faut :

- Une éducation au savoir-faire physique et à la saine alimentation dès le plus jeune âge;
- Une promotion accrue des saines habitudes de vie auprès de la population, des communautés et des employeurs;
- Une planification stratégique concertée de la promotion de l'activité physique ainsi que de la saine alimentation, tout en reconnaissant les particularités locales;
- Une prise en compte constante des caractéristiques sociales, culturelles et économiques des communautés et des groupes particuliers;
- Une adaptation de l'offre de services aux besoins locaux.

## PARTENAIRES IMPLIQUÉS DANS LA DÉMARCHE MONTRÉAL PHYSIQUEMENT ACTIVE

Agence de la santé et des services sociaux de Montréal  
Association sportive et communautaire du Centre-Sud  
CAPSANA  
Cardio plein air  
Cégep du Vieux-Montréal  
Centre d'écologie urbaine de Montréal  
Coalition poids  
Comité organisateur de la 51<sup>e</sup> Finale des Jeux du Québec - Montréal 2016  
Commission sportive du Lac St-Louis  
Commission sportive Montréal-Concordia  
Commission sport et loisir de l'Est de l'île de Montréal  
Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île (CSPI)  
Commission scolaire de Montréal (CSDM)  
Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys (CSMB)  
Complexe sportif Claude-Robillard  
Conférence régionale des élus de Montréal  
Défi sportif Altergo  
Direction de la santé publique de Montréal  
Égale action  
English-Montreal School Board (EMSB)  
Excellence sportive de l'île de Montréal  
FADOQ, Île de Montréal  
Fédération des sports cyclistes du Québec  
Fillactive  
Fondation David Suzuki  
Forum jeunesse de l'île de Montréal  
Grand Défi Pierre Lavoie  
Groupe DesÉquilibres  
Groupe de recherche sur les espaces festifs (GREF)  
Groupe entreprises en santé  
Jeux de la rue-Rap jeunesse  
La Fondation des Canadiens pour l'enfance  
Lester-B.-Pearson School Board (LBPSB)  
Ma santé au sommet, HEC Montréal,  
Polytechnique Montréal et Université de Montréal

Marathon Oasis Rock'n'Roll de Montréal  
Parc olympique de Montréal  
Participaction  
Québec en Forme  
Regroupement des centres de la petite enfance de l'île de Montréal  
Regroupement des éco-quartiers  
Relais Rivière  
RSEQ Collégial  
RSEQ Lac-St-Louis  
RSEQ GMAA  
RSEQ – Montréal  
Société canadienne du cancer - Trotibus  
Société de sauvetage  
Société du parc Jean-Drapeau  
Sport et Loisir de l'île de Montréal  
Sport interuniversitaire canadien  
Sports Montréal  
Sports Québec  
Société de transport de Montréal (STM)  
Le TAZ  
Table des directeurs des parcs et loisirs des municipalités liées de l'agglomération de Montréal  
Table des directeurs de la culture, des sports, des loisirs et du développement social de la Ville de Montréal  
Table des chefs de division en sports et en loisirs de la Ville de Montréal  
Tennis Montréal  
Tennis Québec  
Université du Québec à Trois-Rivières  
Vélo Québec  
Ville de Montréal, Service de la diversité sociale et des sports  
Viomax  
Vivre en ville  
WIXX  
Les YMCA du Québec

[ville.montreal.qc.ca/sports](http://ville.montreal.qc.ca/sports)