



Politique n° C-2021-1235 de l'activité physique, du sport et du plein air de la Ville de Trois-Rivières

1. DÉFINITIONS

« Mode de vie actif »

Dans cette politique, il est entendu qu'un mode de vie actif l'est autant du point de vue physique, culturel que social.

« Contexte de pratique sportive »

La découverte, l'initiation, la récréation, la compétition et le haut niveau (ou sport d'excellence) forment ensemble le contexte de pratique sportive reconnu par la Ville de Trois-Rivières.

« Contexte d'activité physique »

Les tâches domestiques (jardinage, entretien ménager, etc.), le travail physique, le transport actif (marche, vélo, etc.) et l'activité physique de mise en forme, incluant tout autre loisir actif et activité sportive¹, constituent le contexte d'activité physique reconnu par la Ville de Trois-Rivières. Si elle reconnaît l'importance de ce contexte, cette politique se concentre sur le loisir en milieu public, soit celui réalisé dans des espaces collectifs, hors des domiciles privés.

« Activité de plein air »

Activité physique pratiquée en milieu ouvert dans un rapport dynamique et harmonieux avec les éléments de la nature.

L'activité de plein air :

- se veut de nature récréative et de pratique libre, même si elle inclut les événements et autres activités structurées;
- permet d'adapter l'intensité physique demandée par l'activité en fonction de ses capacités, de son besoin de dépassement et de la nature du milieu;
- entraîne un déplacement sans l'usage de moyens motorisés;
- exclut l'aspect purement compétitif visant à déterminer l'élite;
- réfère à une manière d'être, en harmonie avec le milieu environnant, dominé par la nature;
- se vit généralement dans un esprit de détente, de découverte, d'exploration ou d'aventure;
- inclut les formes de pratique en milieu urbain, comme dans les grands parcs, jusqu'à celles en pleine nature.

¹ MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR, SECTEUR DU LOISIR ET DU SPORT. Pour une vision québécoise d'un mode de vie physiquement actif, Québec, Gouvernement du Québec, 2016, 16 p.

Cette politique adhère aux définitions et principes de l'*Avis sur le plein air Au Québec on bouge en plein air!*² Elle reconnaît que la pratique d'activités de plein air génère des retombées positives, mais s'accompagne de défis, aussi bien à l'échelle du quartier que de la ville.

« Loisir de plein air »

Selon le Conseil québécois du loisir, le loisir de plein air³ constitue :

Un ensemble d'activités de loisir non compétitives et non motorisées qui se déroule durant le temps libre et qui permet à une personne d'entrer en contact avec les éléments du milieu naturel, sans rien y prélever et dans le respect de ces derniers, à des fins de contemplation, d'évasion, d'observation, d'exploration ou d'aventure.

« Organisme »

Groupe d'individus qui poursuit un but commun et qui est admis par la Ville de Trois-Rivières dans le cadre de sa Politique sur l'admissibilité des organismes au soutien de la Ville de Trois-Rivières.

« Partenaire »

Personne physique et morale avec laquelle la Ville de Trois-Rivières s'associe pour atteindre les objectifs de cette politique.

« Plein air urbain »

Activité de plein air (telle que définie précédemment) pratiquée à l'intérieur du périmètre urbain de Trois-Rivières. La Ville de Trois-Rivières adhère en ce sens à une définition large du plein air urbain.

2. MISE EN CONTEXTE

Le dépôt d'une première *Politique de l'activité physique, du sport et du plein air* en 2007 faisait alors de la Ville de Trois-Rivières une municipalité pionnière au Québec. Près de quinze ans plus tard, la Ville présente une nouvelle version de cette politique. Cette dernière s'appuie sur les acquis des dernières années en ce qui a trait à la promotion de l'activité physique, du sport et du plein air sur le territoire de Trois-Rivières. Cette révision réaffirme donc certains principes phares qui ont fait le succès de la première politique. De plus, ce document définit de nouveaux axes d'interventions afin de mieux répondre aux besoins évolutifs de la population de Trois-Rivières ainsi qu'aux tendances actuelles et futures. Son objectif : faciliter l'adoption d'un mode de vie actif et améliorer la qualité de vie de la communauté trifluvienne.

3. DÉMARCHE

La révision de la politique s'est amorcée par une revue exhaustive des politiques similaires mises en place par des municipalités québécoises de taille comparable. Cette recension menée par le Laboratoire en loisir et vie communautaire (LLVC) a permis d'asseoir la démarche de révision sur de solides

² MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR, 2017. *Au Québec, on bouge en plein air! Avis sur le plein air*, Québec, Gouvernement du Québec, 74 p.

³ CONSEIL QUÉBÉCOIS DU LOISIR, 2014. Définition du loisir de plein air, https://www.loisirquebec.com/plein_air.asp?id=5

fondations. La coopérative de travail L'Escabeau a ensuite été mandatée pour accompagner la Ville de Trois-Rivières dans les étapes ultérieures du processus de révision.

Cette nouvelle politique s'enracine dans le contexte de la Ville de Trois-Rivières et intègre les tendances actuelles en matière d'activité physique, de sport et de plein air. Ses principes directeurs, orientations et objectifs sont établis sur la base des consultations publiques réalisées auprès de la population et des organismes admis à l'automne 2020.

Le comité de révision et les membres du conseil municipal sont très fiers de présenter la plus récente version de la *Politique de l'activité physique, du sport et du plein air* de la Ville de Trois-Rivières, dont les effets se feront ressentir à long terme. La Ville et ses partenaires déploieront en ce sens un effort progressif et soutenu pour en concrétiser la vision.

4. VISION

Au cours des dix prochaines années, la Ville de Trois-Rivières souhaite accroître significativement le nombre de citoyen.ne.s qui optent pour un mode de vie actif. Pour ce faire, elle déploiera une offre d'activités physiques et de plein air diversifiée et de qualité en adéquation avec les besoins et les aspirations de sa population, et ce, à toutes les étapes de sa vie. La clé du succès : mobiliser les acteurs du milieu dans un esprit de collaboration, dans le but d'offrir des occasions sécuritaires et stimulantes de bouger au quotidien! Ces mêmes acteurs protègent et s'approprient les lieux afin de les préserver.

5. PRINCIPES DIRECTEURS

Cette nouvelle politique se base sur des principes importants. Ces fondements prennent racine dans les différentes orientations stratégiques de la Ville, ainsi que dans sa Vision 2030. Ce document s'inscrit dans la foulée de ces grands principes directeurs. Son contenu est endossé et mis en œuvre par l'administration municipale, puis relayé par ses partenaires.

La qualité de vie des Trifluviens d'abord

Le slogan de la Vision 2030 de la Ville est : « Trois-Rivières rayonne par sa qualité de vie ». Partout au Québec, on reconnaît que la qualité de vie passe notamment par un mode de vie actif, et ce, à toutes les étapes de la vie. C'est aussi le cas à Trois-Rivières, qui entend mettre en place des services conséquents avec cette vision. L'administration municipale place ainsi la population trifluvienne au cœur de l'intervention municipale et reconnaît l'importance des milieux naturels de proximité pour la pratique d'activités sportives et de plein air.

L'activité physique, le sport et le plein air, des ingrédients pour un mode de vie actif

La Ville de Trois-Rivières table sur une offre diversifiée d'activités sportives, de mise en forme et de plein air pour améliorer la qualité de vie de sa population et son sentiment d'épanouissement. Elle crée des opportunités de bouger sur une base quotidienne, à toutes les étapes de la vie, sans nuire à l'offre déjà en place. La Ville contribue donc de manière positive aux différentes facettes de la santé des individus.

Ces opportunités inédites de bouger concernent les activités organisées et libres, les événements et les infrastructures récréatives et sportives trifluviennes. Toutes doivent être sécuritaires, accessibles et attrayantes. Les activités de ce type permettent de créer des liens, à travers la pratique, avec des personnes aux intérêts similaires. Cela contribue à la santé sociale des individus, en réduisant par exemple le sentiment d'isolement.

La Ville encourage aussi le développement des athlètes de haut niveau. Leur image et leur histoire inspirante incitent les communautés locales à bouger davantage. La Ville fait finalement du transport actif et collectif un incitatif pour intégrer l'activité physique au quotidien et toute la vie durant.

Le développement durable au cœur de toutes les actions municipales

Le développement économique, social et culturel de la Ville de Trois-Rivières doit se faire dans le respect de son environnement naturel. L'administration municipale doit répondre aux besoins de la population trifluvienne actuelle sans compromettre l'avenir des générations futures. Le développement durable imprègne et influence toutes les politiques et actions de la Ville. Dans la présente politique, la Ville priorise des orientations et interventions qui respectent les principes du développement durable, comme les déplacements actifs, la mise en valeur et la conservation des milieux préservation du patrimoine naturels et culturel de Trois-Rivières, la mise en place d'équipements et de services durables, de qualité et de proximité, la bonne gestion des matières résiduelles et la participation citoyenne.

Le partenariat comme principal mode d'intervention dans le déploiement de l'offre de service organisée

Dans tous ses énoncés de politiques, la Ville de Trois-Rivières réaffirme l'importance de collaborer étroitement avec les organismes du milieu. Ces partenaires sont de véritables spécialistes dans leur domaine et disposent d'un contact privilégié avec la population. Si elle reconnaît faire des efforts particuliers afin de développer la pratique libre, la Ville souligne l'importance du lien social. Les institutions, organismes et regroupements de citoyen.ne.s locaux dans le domaine du loisir, du sport et du plein air favorisent la concertation et la promotion des saines habitudes de vie et l'adoption d'un mode de vie actif.

Le respect des principes d'accessibilité universelle

L'accessibilité universelle est une condition essentielle en matière de loisir public. Elle signifie de combattre les barrières économiques, spatiales, temporelles et culturelles qui peuvent limiter le plein accès aux activités, événements et infrastructures⁴. La Ville de Trois-Rivières veut rejoindre le plus grand nombre d'individus dont les enfants, les personnes âgées et les personnes vulnérables les plus éloignées de la pratique. C'est pourquoi, elle prône une offre diversifiée, afin de combler les besoins de tous les citoyens.

⁴ Conseil québécois du loisir, 2016. Préambule. Conseil québécois du loisir, <https://www.loisirquebec.com/accessible.asp?id=992>

Le plein air urbain, un potentiel à exploiter

L'aménagement du territoire de Trois-Rivières, notamment ce qui a trait à l'urbanisme, respecte la Vision 2030 de la Ville. La Ville compte sur des milieux naturels accessibles, propices au développement de la pratique du plein air urbain par le biais notamment de la rivière Saint-Maurice, du fleuve Saint-Laurent, de l'archipel de la rivière Saint-Maurice, des espaces urbains et des nombreux parcs, sentiers et aires écologiques. L'accès à ce patrimoine naturel favorise la pratique libre, mais aussi la sensibilisation à la conservation des milieux naturels.

Un effort collectif et soutenu

La concrétisation de la vision de cette politique passe par l'adhésion des personnes élues et de l'administration municipale. Avec leurs partenaires, ils travaillent de manière active et cohérente à l'atteinte des objectifs ciblés, c'est-à-dire à l'adoption d'un mode de vie physiquement et socialement actif par la population de Trois-Rivières.

6. ORIENTATIONS**Orientation 1 : Des environnements favorables à la pratique quotidienne d'activités physiques**

La Ville de Trois-Rivières offre à sa population des opportunités concrètes d'adopter et de maintenir un mode de vie actif à tous les âges de la vie. Pour ce faire, elle intervient pour encourager la pratique d'une activité physique qui :

- se déroule dans différents contextes et environnements de pratique⁵;
 - revêt différentes formes, intensités⁶ et niveaux d'habileté;
 - se déroule au gré de chacun à des moments et fréquences variés, de manière ponctuelle ou régulière, de manière saisonnière ou annuelle;
 - répond aux besoins évolutifs de la population⁷;

La Ville de Trois-Rivières reconnaît l'importance d'un mode de vie actif et les bienfaits que celui-ci engendre sur la qualité de vie⁸. Elle admet que les environnements qui favorisent l'activité physique procurent des bienfaits sur l'ensemble de la communauté, notamment d'un point de vue social et communautaire, ainsi que d'un point de vue environnemental. La population est libre de s'activer et de contribuer à ce mouvement collectif.

⁵ Exemple : à la garderie, à l'école, au travail, lors de déplacements actifs et dans les lieux publics (parcs, rue, aréna, etc.).

⁶ Qu'elle soit libre ou organisée, de loisir ou utilitaire, de découverte ou de compétition.

⁷ Pour tous les groupes d'âge, toutes les communautés culturelles, toutes les conditions et toutes les réalités socioéconomiques.

⁸ MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR, SECTEUR DU LOISIR ET DU SPORT, 2016. Pour une vision québécoise d'un mode de vie physiquement actif, Québec, Gouvernement du Québec, 16 p.

Afin de soutenir et déployer sa vision, la Ville de Trois-Rivières encourage sa population à saisir les opportunités qui s'offrent à elle ainsi qu'à contribuer à en développer de nouvelles. Dans cette optique, elle :

- intervient sur ses environnements physiques et réglementaires;
- implante et entretient des infrastructures et équipements sécuritaires, accessibles et attrayants qui s'inscrivent de manière complémentaire et à proximité des lieux de vie;
- adapte son cadre réglementaire pour soutenir et consolider ses orientations en faveur d'une augmentation de la pratique d'activités physiques quotidiennes de tous et chacun.

Objectifs

- Créer des occasions de bouger à proximité des lieux de vie, de travail et d'étude en planifiant des interventions ciblées, qu'elles soient éphémères ou pérennes (ex. : liens pédestres et cyclables, mobilier urbain, mise à disposition d'équipements, végétalisation, etc.).
- Réviser et développer le réseau de parcs pour favoriser une utilisation quatre saisons.
- Adapter les environnements pour toutes les saisons de manière créative.
 - Notamment ceux de proximité, qui s'adressent spécifiquement à la population. On pense au développement de sentiers multiusages et à l'utilisation créative de certains espaces vacants pour y autoriser des activités hivernales (randonnée, raquette, glissade, ski de fond, patin).
- Favoriser au quotidien l'activité physique dans les déplacements utilitaires et de loisir par l'accès à un réseau de sentiers multifonctionnels sécuritaires.
 - Cela passe par la cohabitation des usages, de manière sécuritaire, sans nuire aux interactions sociales entre les usager.e.s.
- Évaluer les possibilités d'utiliser l'espace public pour favoriser la pratique libre.
 - La rue, les cours d'école ainsi que certains espaces ouverts vacants constituent un potentiel à considérer pour faire bouger. L'animation d'activités, le recours au partenariat voire à des mesures réglementaires sont à envisager.
- Promouvoir les opportunités spontanées de bouger au quotidien auprès de la population.
 - Cela permet de stimuler le désir de bouger de manière plus régulière, notamment en favorisant la pratique libre d'activité physique.
- Encourager la pratique d'activité de plein air dans les milieux naturels, afin de favoriser une connexion avec la nature.
 - Cela contribue à diminuer le niveau d'anxiété, favorise la pratique d'activité physique et contribue à l'équilibre mental

Orientation 2 : Un milieu de vie animé par des partenaires dynamiques

La Ville de Trois-Rivières est fière de compter sur la collaboration d'un réseau engagé de partenaires locaux. Ces organismes et institutions renforcent et prolongent son intervention et décuplent les effets recherchés. La Ville soutient et accompagne ses partenaires dont l'offre de services de proximité répond aux besoins de chacun et anime le milieu. Ils œuvrent en ce sens pour un mode de vie actif et renforcent le sentiment d'appartenance et le dynamisme du milieu.

Objectifs

- Renforcer la mobilisation et le soutien des organismes et de leurs bénévoles dont la mission contribue à l'adoption d'un mode de vie actif.
- Soutenir de manière adéquate les initiatives des citoyen.ne.s, des communautés, des associations et des organismes pour favoriser la participation active de la population.
- Impliquer les partenaires concernés par les interventions en matière d'activité physique, de sport et de plein air et valoriser leur expertise.
 - Cette volonté permet de reconnaître et de valoriser l'expertise des organismes, de s'ouvrir aux idées innovantes provenant du milieu et de rester à l'avant-garde des besoins et tendances. Le tout se fait dans le respect du rythme des partenaires dans le déploiement de cette politique.
- Reconnaître l'importance de tous les contextes et environnements de pratique et soutenir en priorité les clientèles ciblées (organismes admis, jeunesse, aînés, personnes en situation de handicap, etc.).
 - Cela permet de diversifier l'offre sur le territoire et de répondre à la diversité des formes, intensités et temporalités de la pratique.
- Participer activement aux réseaux régionaux, provinciaux et nationaux qui visent le développement du sport, de l'activité physique et du plein air.
 - Cela signifie de rester à l'affût des tendances et d'être proactif dans certains cas, notamment en termes de tourisme sportif.
- Promouvoir les opportunités spontanées de bouger au quotidien offertes par le milieu et les partenaires.

Orientation 3 : Le plein air urbain et l'accès à la nature, une culture bien ancrée

La Ville de Trois-Rivières se démarque par un patrimoine naturel riche composé d'espaces naturels formels ou informels (parcs, espaces verts, aires écologiques) propices au plein air urbain et à ses bienfaits⁹. En collaboration avec les acteurs du milieu, elle protège et préserve ces espaces. De la même manière, elle développe des aménagements accessibles et sécuritaires sur l'ensemble de son territoire et garantit un accès de proximité à la nature et à des activités de plein air. Ces activités sont diversifiées, de qualité et peuvent être modérées (contemplation, évasion, observation, etc.) ou plus engagées (participation active, exploration, aventure, etc.) Au final, la Ville encourage et promeut le contact avec la nature, le mode de vie actif et la qualité de vie.

Objectifs

- Développer des espaces de plein air urbain qui misent sur le caractère distinctif et unique des sites à haut potentiel.
- Se soucier de la préservation et la conservation des milieux naturels tout en privilégiant des aménagements à faible impact de ces mêmes espaces de plein air urbain.
- Consolider, préserver et mettre en valeur les espaces naturels formels et informels propices aux activités de plein air et à l'accès à la nature.

⁹ MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR, 2017. Au Québec, on bouge en plein air! Avis sur le plein air, Québec, Gouvernement du Québec, 74 p.

- Améliorer l'accès à la nature et aux activités physiques de plein air non motorisées.
 - Notamment par le soutien adéquat des différents partenaires locaux qui en font leur mission et en se souciant de l'appropriation du milieu.
- Impliquer les partenaires qui peuvent contribuer à l'appropriation et l'utilisation sécuritaire des lieux.
- Promouvoir les bienfaits de l'activité physique en plein air ainsi que les opportunités d'activités spontanées offertes à l'intérieur du périmètre urbain auprès de la population.
 - De manière traditionnelle, la pratique d'activités de plein air est moins structurée que celle d'activité physique ou de sport. Sa promotion gagne néanmoins à se faire par le biais de canaux de communications qui rejoignent le grand public. L'information, la sensibilisation et l'éducation sur les bienfaits du plein air et de la nature sur la santé physique et mentale sont des exemples d'actions en ce sens.

Orientation 4 : Des infrastructures, lieux et événements signature

À titre de capitale régionale, la Ville de Trois-Rivières dispose d'un parc d'infrastructures enviable dont elle garantit l'accès au plus grand nombre de personnes résidentes. Elle démontre une expertise dans la planification, le développement et la gestion de ses infrastructures, y compris celles d'envergure. Elle maintient une prestation de service de haut niveau, veille à consolider ses actifs et les améliore selon les besoins évolutifs de la population et les opportunités qui s'offrent à elle. Elle saisit et crée des occasions en matière d'organisation et d'accueil d'événements sportifs locaux, régionaux, nationaux voire internationaux, en respect de son *Plan directeur pour le tourisme sportif*¹⁰.

Objectifs

- Privilégier les constructions de qualité qui répondent à des critères d'esthétisme et qui maximisent l'expérience des individus qui les fréquentent. Cela se fait dans le respect des exigences des fédérations sportives et des événements de grande envergure qui font aussi usage des lieux.
 - Ces lieux de pratique sont un gage d'attractivité autant auprès des promoteurs externes que des organismes et de la population. La politique culturelle et celle du patrimoine de la ville sont à considérer lors de l'établissement de critères associés aux nouveaux projets d'infrastructures.
- Veiller à intégrer des infrastructures dans la trame urbaine et en favoriser l'accès pour tous par différents modes de déplacement.
 - Le plan de transport et de mobilité adopté en 2017¹¹ est un élément important à considérer dans la prise de décision en regard de cet objectif.
- Se positionner comme chef de file dans la programmation d'événements régionaux et nationaux ainsi que maximiser l'utilisation des infrastructures majeures.
 - La Ville adopte des orientations claires en termes de programmation d'événements sportifs dans son plan directeur du tourisme sportif.
- Animer le milieu de vie par l'accueil, l'organisation et le soutien d'événements de grande envergure et à fort potentiel de rayonnement.

¹⁰ Ville de Trois-Rivières, 2021. Plan directeur pour le tourisme sportif à Trois-Rivières. 21 p. [Présentation visuelle]

¹¹ Ville de Trois-Rivières, 2017. Plan de transport et de mobilité. 195 p.

7. CONCLUSION

La mise à jour de cette politique est importante. Elle actualise les priorités municipales en ce qui concerne le développement de la pratique du sport, de l'activité physique et du plein air.

Cibler de manière spécifique certains moyens afin de favoriser l'adoption d'un mode de vie actif par sa population permet à la Ville de Trois-Rivières de respecter son énoncé de vision stratégique : *Carrefour d'histoire et d'innovations, Trois-Rivières rayonne par sa qualité de vie.*

Grâce à une approche globale, au cadre plus inclusif et aux orientations englobantes de cette politique, la Ville est mieux outillée pour répondre aux besoins et tendances en matière de sport, d'activité physique et de plein air. Elle est désormais en mesure d'offrir à la population de Trois-Rivières un milieu où il fait bon vivre, où il est possible d'être actif au quotidien, et ce, à tous les âges de la vie.

8. REMERCIEMENTS

La Ville de Trois-Rivières tient à féliciter le travail de la Direction de la culture, des loisirs et de la vie communautaire, ainsi que celui de ses partenaires, d'avoir chapeauté le développement de cette politique en des temps bien particuliers.

Nous désirons également souligner la contribution des partenaires institutionnels, des clubs et des organisations reconnues sur le territoire, qui ont accepté de se joindre aux rencontres de consultation et compléter le sondage à cet effet. Le temps investi a contribué fortement à la refonte de cette politique.

9. CRÉDITS

Rédaction L'Escabeau.

10. DISPOSITIONS FINALES ET DIVERSES

10.1 L'annexe I fait partie intégrante de la présente politique comme si elle était ici reproduite au long.

10.2 La présente politique abroge la Politique n° C-2007-669 de l'activité physique, du sport et du plein air adoptée lors de la séance du Conseil du 20 août 2007.

10.3 La présente politique entre en vigueur et a effet dès son adoption.

Édicté à la séance du Conseil du 21 septembre 2021.

ANNEXE I

MODÉLISATION DE LA POLITIQUE

