POLITIQUE DU SPORT,
DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
ET DU PLEIN AIR

BOUGER POUR S'ÉPANOUIR

Repentigny
S'épanouir

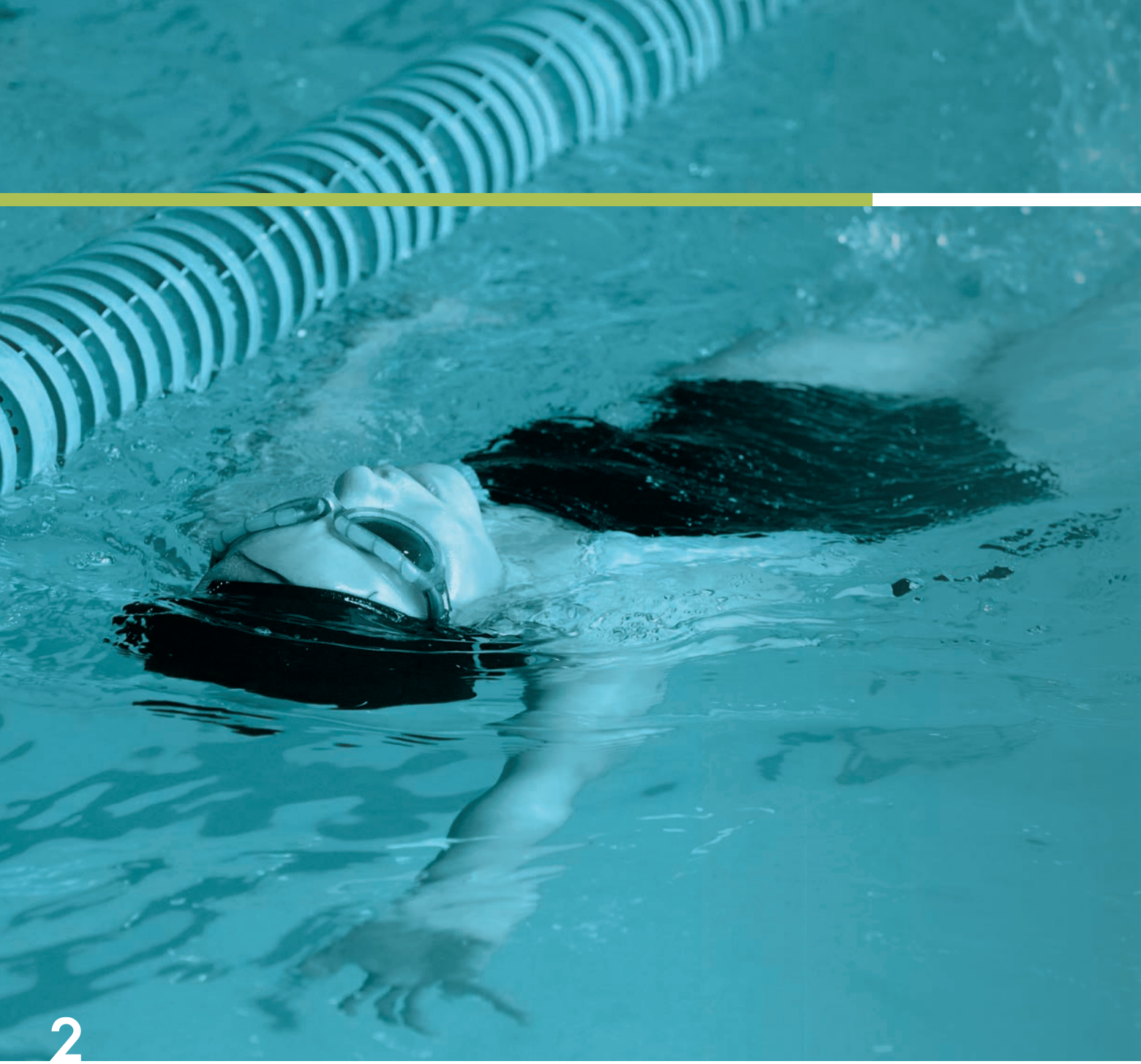


Table des matières

Mot de la mairesse 4
Mot du président 5
Introduction 6
Démarche méthodologique 9
Contexte 10
Nos acquis 11
Enjeux 12
Vision d'avenir 14
Principes directeurs 17
Orientations 18
Mise en œuvre 23
Remerciements 24
Lexique 26

Ville de Repentigny, le 6 septembre 2017

Mot de la mairesse

Pour sa première Politique du sport, de l'activité physique et du plein air, la Ville de Repentigny a choisi de mettre l'accent sur le bien-être des citoyennes et des citoyens à tous les âges de leur vie, car à Repentigny, c'est en bougeant qu'on s'épanouit !

En effet, les bénéfices de l'activité physique ne sont plus à démontrer, elle améliore la santé et la vie sociale de ceux qui la pratiquent. C'est pourquoi, à Repentigny, nous en faisons un ingrédient essentiel de notre épanouissement.

Je tiens à remercier les élus, employés municipaux, représentants d'organismes, citoyennes et citoyens qui ont participé à l'élaboration de ce document. À l'aube du 350e anniversaire de Repentigny, c'est une nouvelle phase du développement de notre ville qui débute et qui élève encore davantage notre volonté de vivre ensemble.

Chantal Deschamps, Ph. D.
Mairesse de la Ville de Repentigny

Mot du président

Je suis très fier de présenter cette première Politique du sport, de l'activité physique et du plein air. Au moment où la Ville et les organismes ont déjà déployé une multitude d'activités sur le territoire, cet outil organisationnel vient perfectionner les mécanismes d'encadrement qui permettent à chaque citoyenne et à chaque citoyen, quel que soit leur âge, leur situation financière ou leur origine, de trouver l'activité qui leur convient.

Ce document a pour finalité de donner des directives concrètes aux décideurs de notre municipalité pour qu'ils aient entre les mains des objectifs clairs, axés sur le long terme et adaptés aux besoins de notre population. En effet, cette politique a été élaborée à partir d'un portrait de Repentigny prenant en compte notre évolution démographique, les spécificités du territoire ainsi que les réalisations et le travail accompli au cours des dernières années. Il en ressort que le rôle des organismes sportifs repentignois est déterminant et qu'il appartient à la Ville de les soutenir dans leur mission en leur permettant de déployer leurs activités de façon concertée et cohérente.

Cette politique dévoile quatre orientations complémentaires et de nombreux objectifs. Tous ont pour vocation de rapprocher la population de l'offre d'activités physiques disponibles et de resserrer encore davantage le tissu social de notre communauté.

Sylvain Benoit
Président de la commission Sports, activités physiques et plein air

Introduction

Les bienfaits individuels et collectifs de la pratique d'activités physiques, sportives et de plein air ne sont plus à démontrer. Depuis longtemps, la Ville de Repentigny fait preuve d'une sensibilité particulière à cet égard à travers ses programmes, ses infrastructures, ses aménagements et son soutien aux initiatives du milieu.

En effet, les bénéfices de l'activité sportive et physique sont de plus en plus étudiés et connus. Ils contribuent fortement à la qualité de vie des individus et des collectivités. Ces bénéfices sont présents lorsqu'il y a une pratique ininterrompue à tous les âges et à tous les niveaux. Il faut donc miser sur un maintien des modes de vie actifs de toutes les générations. De plus, les bénéfices apparaissent rapidement lorsqu'on entreprend une pratique régulière et un changement de mode de vie, et ce, même après une longue période de sédentarité.

Adhérant déjà aux concepts des saines habitudes de vie et des environnements favorables à la pratique, la Ville de Repentigny entend poursuivre les efforts déployés afin de contribuer au mieux-être de sa population. En se dotant d'une politique du sport, de l'activité physique et du plein air, la Ville confirme sa volonté de travailler sans relâche à améliorer la qualité de vie des citoyennes et des citoyens. Ainsi, elle reconnaît qu'un mode de vie actif est conditionné par la qualité de l'environnement de proximité et assume son rôle de facilitatrice en tant que premier intervenant public sur le territoire.

La Ville de Repentigny est fière de s'inscrire en prolongement de la *Charte internationale de l'éducation physique, de l'activité physique et du sport* de l'UNESCO qui énonce les bienfaits associés à l'activité physique et confirme son adhésion aux énoncés de la Politique de l'activité physique, du sport et du loisir du Gouvernement du Québec.

RHINOS
49
RHINOS
43
RHINOS
3

Démarche méthodologique

La démarche d'élaboration de cette politique se voulait, au-delà d'un exercice de planification, une occasion de mobilisation et d'échanges mettant à contribution les partenaires concernés.

Pour y arriver, la méthodologie a laissé une large part aux intervenants du milieu repentignois en matière d'activités sportives, physiques et de plein air. En effet, cette démarche d'élaboration repose sur des considérations locales spécifiques relevant de la culture du milieu, des façons de faire, des ressources et des dynamiques en place.

Sous la responsabilité de la commission Sports, activités physiques et plein air, qui a non seulement supervisé les travaux, mais y a contribué directement, quatre grandes étapes de l'élaboration de la Politique ont été dégagées :

> **Mise en place d'un comité de pilotage**
Composé d'intervenants du milieu, ce comité avait le mandat de valider et de bonifier les travaux relatifs à la Politique, et ce, tout au long du processus.

> **Recherche documentaire**
Cette partie de la démarche consistait à documenter l'état des lieux en matière de sport, d'activité physique et de plein air, dans une perspective à la fois générale (revue de littérature) et locale (démographie, programmes, infrastructures, participation, etc.)

> **Consultations auprès du milieu**
Lors de l'élaboration du portrait de la situation préalable à l'identification des orientations et des actions en matière de sport, d'activité physique et de plein air, les acteurs du milieu ont été rencontrés lors d'entrevues individuelles ou de groupes de discussion. Ces rencontres ont notamment permis de compléter de façon qualitative le portrait factuel déjà réalisé grâce à la recherche documentaire et de bien cerner les enjeux et les défis spécifiques à la communauté repentignoise.

> **Validation finale**
Le projet de politique a été soumis à la validation de la commission Sports, activités physiques et plein air et des instances municipales décisionnelles.

Contexte

Repentigny compte de nombreuses installations dédiées à la pratique d'activités physiques et sportives et dispose d'aménagements facilitant la pratique d'activités de plein air. Une riche programmation offerte à la fois par la municipalité et ses partenaires associatifs anime ces espaces tout au long de l'année. De façon ponctuelle ou régulière, Repentigny organise ou accueille divers événements à caractère sportif ou valorisant l'activité physique, souvent à l'échelle locale, mais aussi à l'échelle provinciale, nationale ou internationale.

Les domaines que sont le sport, l'activité physique et le plein air sont réunis dans le cadre de cette politique, car ils sont complémentaires et permettent de désigner l'ensemble des activités que vise ce document de travail.

© Marylène Martel

Nos acquis

Le sport, l'activité physique et le plein air à Repentigny, c'est :

> 260 plateaux d'activités extérieures répartis dans plus d'une cinquantaine de parcs municipaux, dont des aires de jeux, des terrains sportifs, un skate plaza et d'autres infrastructures permettant une pratique d'activités à l'année ;

> des parcs riverains et des parcs-nature, dont le Parc régional de l'Île-Lebel ;

> 70 kilomètres de pistes et voies cyclables incluant un tronçon de la Route verte ;

> 6 grands centres d'activités intérieures : 2 centres sportifs, 1 centre aquatique, 2 arénas et 1 centre communautaire ;

> plus de 32 gymnases répartis dans 3 écoles secondaires et 20 écoles primaires ;

> 1 programme sport-études comptant 14 disciplines ;

> plus de 45 partenaires associatifs offrant à la population des centaines d'activités sportives, physiques et de plein air ;

> des activités se déclinant selon tous les composants de la pratique sportive : initiation, récréation, développement et haut niveau ;

> un développement de la pratique sportive qui touche 24 disciplines sur le territoire ;

> des programmes en lien avec les saines habitudes de vie : Défi santé, Fitness en plein air, Famille au jeu ;

> des événements d'envergure locale, provinciale, nationale et internationale ;

> des milliers de citoyennes et de citoyens actifs.

Enjeux

Les travaux entourant l'élaboration du portrait de la situation et son analyse diagnostique ont mené à l'identification de quatre enjeux relatifs au développement du sport, de l'activité physique et du plein air au sein de la communauté repentignoise :

> le développement d'environnements favorables à la pratique qui permet le maintien et la promotion d'une offre de qualité, répondant aux besoins de la population (surtout les clientèles peu actives et les personnes qui éprouvent des difficultés ou des limites particulières) et offrant une desserte géographiquement équitable ;

> le partage d'une vision commune par un leadership de la Ville et une mobilisation des acteurs du milieu ;

> le développement de la pratique en fonction des différents composants et tenant compte des aspects écoresponsables, éthiques et sécuritaires ;

> la promotion des modes de vie actifs, incluant la priorité à une pratique régulière auprès des citoyens, ainsi que la reconnaissance de l'engagement et de l'excellence des actions de la Ville et de ses partenaires pour favoriser le maintien de ces modes de vie.

CENTRE DE FORMATION
PROFESSIONNELLE
DES RIVERAINS
sports
experts
Repentigny
S'épanouir

Vision d'avenir

La Ville de Repentigny propose une vision commune du développement du sport, de l'activité physique et du plein air incluant les éléments suivants :

> une intégration et une valorisation de tous les niveaux de pratique ainsi qu'un maintien de la pratique à tout âge ;

> une accessibilité qui repose sur tous les composants (physique, financier, organisationnel, culturel et temporel) ;

> une diversité d'offres attractives favorisant plusieurs types de modes de vie actifs ;

> une reconnaissance de la qualité et de l'excellence des actions du milieu.

La Ville de Repentigny veut que ses citoyennes et ses citoyens puissent bouger et assure la promotion en ce sens d'une pratique régulière des activités physiques, sportives et de plein air. S'épanouir dans ces activités, c'est développer et bénéficier d'un bien-être personnel et relationnel au sein d'une collectivité, jouir d'une qualité de vie associée à un mode de vie actif et sain permettant des formes de réalisation de soi librement choisies et vivre en respectant l'environnement naturel dans toute sa diversité.

Cette vision propose de faire bouger régulièrement les citoyennes et les citoyens :

> dans les installations, les aménagements physiques et les équipements (piscines, parcs, gymnases, etc.) ;

> dans la ville elle-même comme terrain de jeu (marche à pied, course, vélo, lieux de plein air, etc.)

VALEURS PORTÉES PAR LA POLITIQUE

> Le plaisir de bouger

> Le respect et l'intégrité des participants et des bénévoles

> L'accessibilité

> L'éthique sportive

> L'écoresponsabilité

Principes directeurs

Les principes directeurs constituent la trame de fond de la planification et de l'intervention par la Ville en matière de sport, d'activité physique et de plein air. Ils guident les décisions des intervenants municipaux et la Ville tient à ce que ses partenaires y adhèrent également, tant en raison de leur valeur intrinsèque que par cohérence au sein du déploiement général de l'offre destinée à la population.

Le respect Il s'agit ici en premier lieu du respect des personnes, peu importe leurs rôles, leurs capacités, leurs caractéristiques et les motivations qui les habitent dans leur pratique. Le respect s'applique également aux organisations du milieu dans leur autonomie et leur spécificité, et enfin aux environnements de pratique, construits ou naturels, dans une perspective de durabilité et d'intégrité. Le respect s'exprime autant dans la pratique des activités que dans les relations avec les autres.

La collaboration Les défis et les enjeux relatifs au développement de la pratique mené dans la perspective, pour le plus grand nombre, de jouir des bienfaits qu'elle apporte sont nombreux et complexes, notamment dans un univers social marqué par la diversité des modes de vie. Dans un tel contexte, la collaboration et la mobilisation de tous les acteurs concernés deviennent une condition à la mise en place d'actions cohérentes, significatives et concluantes, le tout au bénéfice de la communauté.

La qualité et l'excellence La qualité de l'expérience vécue par les participants et la propension conséquente à adopter et à maintenir un mode de vie physiquement actif passe par l'excellence de toutes les dimensions de la pratique : communication, encadrement, environnement, ressources et niveau de développement. La qualité et l'excellence doivent donc apparaître dans tous les composants de la pratique et dans tous les domaines, quel que soit le format de l'offre. Elles garantissent ainsi des expériences gratifiantes et sécuritaires.

Orientations

1ère orientation : une amélioration continue de l'environnement favorisant la pratique de l'activité physique et le développement de la pratique sportive et du plein air sur le territoire

Pour réunir des conditions de pratique gagnantes

La Ville s'assure que les infrastructures, le cadre institutionnel, les installations et les organisations qui constituent l'environnement de la pratique physique, sportive et de plein air soient optimisés au bénéfice des citoyennes et des citoyens. La poursuite du développement de ces environnements vise à favoriser une pratique dite régulière et récréative. Elle vise également une meilleure adéquation entre l'offre et les besoins des citoyens tout en respectant les capacités financières de la Ville.

Objectifs

> Favoriser l'accès à des installations et à des équipements de qualité

> Répondre adéquatement aux besoins de nos organismes et de nos citoyennes et citoyens en matière d'installations et d'équipements sur le territoire

> Contribuer au développement d'une offre axée sur le plein air et le transport actif et durable

2e orientation : une approche suscitant un mode de vie physiquement actif et une pratique régulière de l'activité physique

Pour que toutes les citoyennes et tous les citoyens trouvent l'activité qui leur convient

La pratique actuelle et les nouveaux modes de vie des citoyens sont variés et répondent à des motivations, des intérêts et des besoins diversifiés. Pour répondre à ces nouvelles réalités et rejoindre les clientèles cibles moins actives ou présentant des contraintes à la pratique, la Ville s'assure de faciliter une pratique régulière, quels que soient les conditions et l'âge de la personne. Cela implique d'intégrer autant que possible tous les composants de l'accessibilité (physique, financier, organisationnel, culturel et temporel) dans les interventions de la Ville.

Objectifs

> Accroître l'accessibilité à la pratique, aux programmes et aux activités

> Susciter des initiatives assurant l'animation des sites des activités et collaborer à leur mise en place

> Déployer des stratégies visant la promotion d'un mode de vie physiquement actif

3e orientation : un leadership reconnu dans le déploiement de l'offre de service privilégiant la concertation et le partenariat

Pour une mobilisation de la Ville et des intervenants autour d'une vision commune

La Ville agit de plus en plus en concertation avec son milieu et ses partenaires. Pour cette raison, elle doit assurer un leadership fort afin que l'offre destinée aux citoyennes et aux citoyens soit déployée de façon harmonisée, complémentaire et diversifiée. Ce leadership intervient également dans l'encadrement des ressources financières disponibles dans la municipalité. La Ville souhaite mobiliser le milieu dans le cadre d'une vision commune et dans le respect de la mission et des objectifs de ses organismes partenaires.

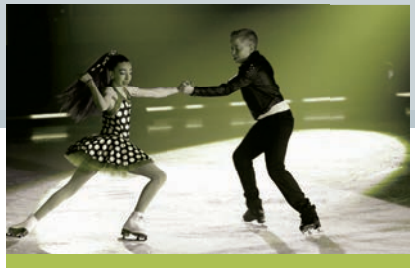
Objectifs

> Assurer le déploiement d'une offre de service de qualité adaptée aux besoins des citoyennes et des citoyens

> Favoriser le déploiement d'événements d'envergure sur le territoire

> Stimuler la concertation avec l'ensemble de nos partenaires

> Susciter la complémentarité et l'harmonisation de l'offre entre les différents intervenants



4e orientation : une participation et une implication enrichissante et épanouissante pour les Repentignoises et les Repentignois

Pour que le plaisir et l'esprit sportif soient toujours de la partie à Repentigny

Même dans un contexte récréatif, l'aspect compétitif et le désir de performance peuvent conduire à l'arrêt d'un mode de vie actif et à l'augmentation de la sédentarité. Afin d'éviter cette situation, il est primordial que la Ville véhicule les valeurs premières associées au sport.

Objectifs

> Promouvoir le développement d'une pratique sportive saine et des principes éthiques dans le milieu

> Valoriser l'excellence ainsi que l'expertise de nos organismes reconnus

> Assurer un appui et un soutien de qualité au bénévolat et aux organismes

> Promouvoir l'écoresponsabilité et le développement durable dans le déploiement de l'offre de service

SEIGNEURS
56
67

© Julie Simard

Mise en œuvre

La mise en œuvre de la Politique du sport, de l'activité physique et du plein air se fera à l'aide des outils suivants :

> l'élaboration de plans d'action annuels comprenant un calendrier de mise en œuvre, une planification financière, des rencontres en comités et un plan de communication qui présentera les actions ciblées par orientation ;

> la mise en place d'un comité de suivi de la Politique par la commission Sports, activités physiques et plein air. Ce comité, composé d'élus, de gestionnaires municipaux et de représentants des organisations partenaires du milieu, procédera annuellement au bilan du plan d'action ;

> la rédaction d'un rapport annuel des réalisations mises de l'avant dans les plans d'action ;

> l'actualisation de la Politique par les intervenants municipaux responsables de son suivi qui détermineront, au besoin, les modalités de consultation et de validation de ces mécanismes d'actualisation.

Remerciements

La Ville de Repentigny tient à remercier toutes les personnes qui ont contribué au processus de réflexion en participant aux différentes étapes de consultation pour l'élaboration du diagnostic.

Des remerciements particuliers sont adressés à l'ensemble des organismes sportifs et de plein air qui contribuent, au quotidien, à favoriser la pratique de l'activité physique et le développement de la pratique sportive et du plein air à Repentigny.

Comité de travail

M. Sylvain Benoit, président de la commission Sports, activités physiques et plein air et conseiller municipal

Mme Francine Payer, membre de la commission Sports, activités physiques et plein air et conseillère municipale

Mme Cécile Hénault, conseillère municipale

Du Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire :

M. Pierre Fortier, directeur

M. Alain Poirier, chef de division — sports

M. Dominic Giard, chef de section — logistique

Mme Justine Longpré, coordonnatrice à la programmation sportive

M. Nicolas Godbout, coordonnateur à la programmation et à la logistique

Comité de pilotage

MM. Arnaud Jousselin, Académie Tennis Momentum, **Bernard Thériault**, Club Soccer Repentigny, **Michel Beauregard**, Récréotourisme Repentigny, **Michel Beauséjour**, Excellence Repentigny, **Denis Lamontagne**, Complexe sportif Gilles-Tremblay, **Pierre Bouchard**, École secondaire Félix-Leclerc, programme sport-études, **Mario Girard**, Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire et **Mme Vivianne Joyal**, Service d'aménagement et de développement du territoire

Service d'aménagement et de développement du territoire

Service des communications

Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire

Service des travaux publics

Consultants

LANAUDIÈRE
OLYMPIQUE
Course Les ASPirants
5K H001
5K F002
7269
7321

Lexique

Définitions des domaines de pratique :

Activité physique[1] : activité au cours de laquelle on a recours à ses ressources corporelles pour effectuer des mouvements, entraînant une dépense énergétique.

Plein air[2] : ensemble des activités et des sports de loisir qui se déroulent à l'extérieur des bâtiments.

Sport[3] : activité physique exercée individuellement ou collectivement sous une forme particulière, qui requiert un apprentissage d'habiletés techniques, un équipement et des installations spécifiques, et qui est régie par une ou plusieurs organisations.

Définitions des niveaux de pratique[4] :

Initiation : sphère à l'intérieur de laquelle le participant acquiert les connaissances et développe les habiletés et les aptitudes nécessaires à la pratique d'un sport, l'initiation est fondamentalement une démarche pédagogique qui doit favoriser l'expression du jeu inhérent au sport.

Récréation : activité de récréation fondamentalement axée sur le jeu et sur le plaisir de pratiquer un sport de façon libre ou organisée, la récréation répond davantage à l'univers du jeu qu'à celui de la performance. Les règles et l'encadrement soutiennent de façon harmonieuse le déroulement du jeu, tout en permettant le divertissement et le délassement des participants à l'intérieur des caractéristiques essentielles du sport.

1 Office québécois de la langue française. Page consultée le 28 février 2016.
http://www.granddictionnaire.com/fiche0qlf.aspx?Id_Fiche=2077676
2 Office québécois de la langue française. Page consultée le 28 février 2016.
http://www.granddictionnaire.com/fiche0qlf.aspx?Id_Fiche=2068999
3 Office québécois de la langue française. Page consultée le 28 février 2016.
http://www.granddictionnaire.com/fiche0qlf.aspx?Id_Fiche=8869772
4 Gouvernement du Québec, Guide des normes. Programme de soutien aux fédérations sportives québécoises (PSFSQ), 2016-2019, 2016, p. 16.

Compétition : regroupant des athlètes qui participent à un sport tout en aspirant à la victoire ou au titre de champion de leur activité, cette sphère implique l'existence d'un réseau de compétition et d'un ensemble de modalités d'organisations et de fonctionnement régis par une fédération sportive. La compétition tend davantage à la performance qu'au jeu et, parce qu'elle exige de la part du participant des habiletés techniques de même qu'un effort soutenu par l'entraînement et un sens de la confrontation plus développé que dans les sphères précédentes, cette sphère nécessite un encadrement soutenu et étoffé.

Haut niveau : ce terme est porteur d'une finalité très élevée de perfection. C'est la sphère de la pratique sportive où on trouve les athlètes engagés dans une recherche de très haute performance. Les paramètres de pratique liés à cette sphère doivent être de nature à soutenir cet engagement chez l'athlète.

Définitions des autres termes :

Environnement favorable[5] : environnement conçu pour permettre d'intégrer facilement la pratique d'activité physique au quotidien, et ce, quels que soient le sexe, l'âge, la condition physique, les habiletés physiques, les horaires et les revenus des personnes.

Mode de vie physiquement actif[6] : façon de vivre où le volume d'activité physique est suffisant pour améliorer le bien-être personnel et la santé[7].

Saines habitudes de vie[8] : habitudes et comportements menant à l'amélioration et au maintien du bien-être personnel et de la santé. Les deux éléments centraux et le plus souvent sous-entendus sont le mode de vie physiquement actif et la saine alimentation, mais on peut également y inclure l'image corporelle saine et la prévention des problèmes reliés au poids[9].

5 Kino Québec, Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger, 2005, http://www.kino-quebec.qc.ca/municipal.asp, site consulté le 20 mars 2016.
6 Kino-Québec, L'activité physique et le poids corporel, avis du comité scientifique de Kino-Québec, 2006, p. 38.
7 Kino-Québec, L'activité physique et le poids corporel, avis du comité scientifique de Kino-Québec, 2006, p. 38.
8 Ministère de la Santé et des Services sociaux, Saines habitudes de vie – À propos, 28 février 2016. Repéré au www.msss.gouv.qc.ca/ professionnels/saines-habitudes/index.php.
9 Ministère de la Santé et des Services sociaux, Saines habitudes de vie – À propos, 28 février 2016. Repéré au www.msss.gouv.qc.ca/ professionnels/saines-habitudes/index.php.

ville.repentigny.qc.ca

Repentigny
S'épanouir