



Politique de développement et de l'optimisation du

SPORT ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DE PLEIN AIR

DE LA MRC DU ROCHER-PERCÉ



*Active
de nature*

MRC DU
ROCHER-PERCÉ



Crédit photo : Gaspesia 100



Crédit photo : Office de Tourisme du Rocher-Percé

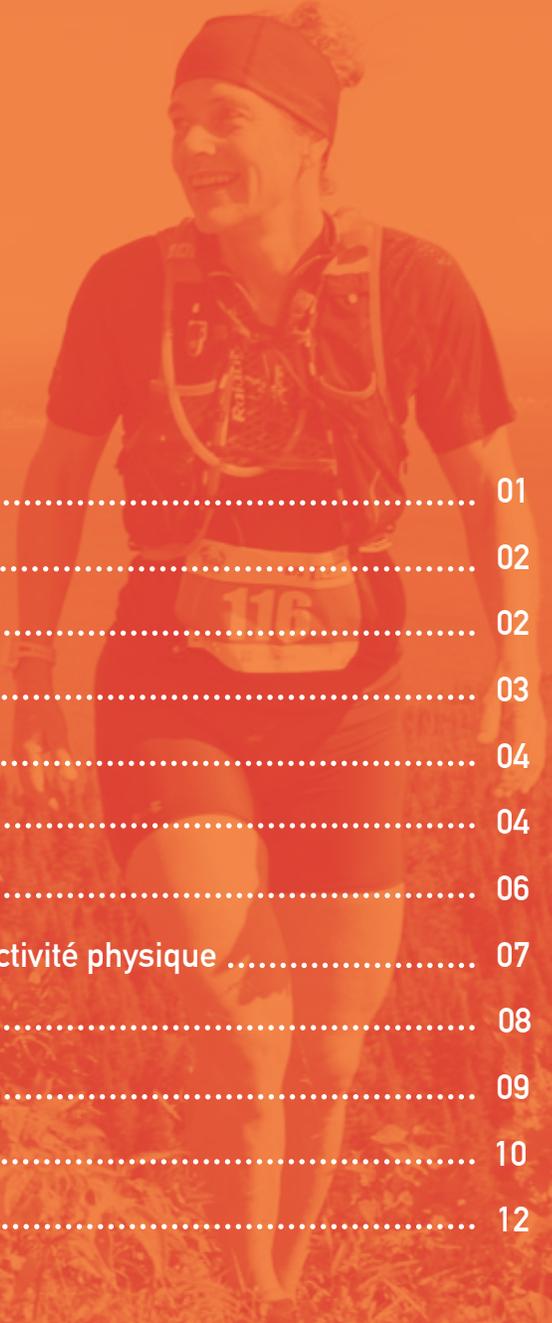


TABLE DES MATIÈRES

Mot de la préfète et du directeur général	01
Mot sur le contexte d'élaboration de la politique	02
Pourquoi élaborer une telle politique ?	02
Mission et vision	03
Principes directeurs	04
Précisions sur nos installations/infrastructures/clubs/ligues	04
Axe / orientation #1 - Infrastructures	06
Axe / orientation #2 - Promotion mode de vie / valorisation activité physique	07
Axe / orientation #3 - Bénévolat	08
Axe - orientation #4 - Concertation et partenariat	09
Mot de clôture sur mécanisme - remerciements	10
Lexique	12

MOT DE LA PRÉFÈTE

La MRC du Rocher-Percé est fière de déployer sa toute première politique sportive qui a comme objectif de reconnaître l'importance du sport et des activités de plein air au sein de notre développement personnel, social et économique.

Notre politique se veut un effort de concertation dont nous sommes très fiers. Aujourd'hui, le fruit de ce travail nous permettra l'optimisation de nos infrastructures, la valorisation de nos bénévoles, l'arrimage de notre offre sportive et la bonification de l'accès au plein air.

Nous sommes conscients qu'un mode de vie physiquement actif engendre une meilleure réussite scolaire, l'adoption de saines habitudes et l'amélioration de la santé collective augmentant ainsi la vitalité de notre territoire.

La MRC du Rocher-Percé est un terrain de jeu propice au développement du sport et du plein air. Profitons de notre proximité à la nature pour se positionner clairement comme lieu idéal pour une vie saine et active.

La MRC du Rocher-Percé; active de nature!

Nadia Minassian

Préfète

MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

Depuis les dix dernières années, la MRC du Rocher-Percé, ainsi que ses municipalités locales, ont connu d'importants changements socioéconomiques. Les besoins de nos communautés ont largement évolué, de nouvelles réalités doivent être prises en considération; les restrictions budgétaires, le vieillissement démographique, l'arrivée et les besoins des jeunes familles nous obligent à remettre en question nos façons de faire.

Plus que jamais, nos municipalités se doivent d'entreprendre une réflexion en matière de sport. Cet exercice de concertation nous aidera à de mieux saisir une réalité sportive complexe et nous aidera à relever le défi de la consolidation des acquis et l'amélioration de l'offre de sports répondant adéquatement aux besoins actuels et futurs de l'ensemble de la population de la MRC.

En se dotant d'une politique sportive, la MRC du Rocher-Percé poursuit sa mission de concertation et de mobilisation des forces vives de son territoire. La MRC réitère l'intérêt et l'importance qu'elle accorde à la vie sportive et à la qualité de vie de ses citoyens. Cette politique permettra à nos élu(e)s, gestionnaires municipaux et organismes de sport de prendre les meilleures décisions.

Je suis convaincu que ces actions concertées de tous les partenaires favoriseront le bien-être de notre population, l'attraction de nouveaux arrivants et l'émergence de modes de vie sains dans toute notre collectivité.

Mario Grenier

Directeur général

POURQUOI ÉLABORER UNE TELLE POLITIQUE ?

Un mode de vie physiquement actif et sain est essentiel à une bonne santé physique et mentale, en plus d'apporter une opportunité de réseautage social indéniable. Malheureusement, la population québécoise en général et celle de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, en particulier, ne bouge pas suffisamment pour en retirer tous les bienfaits. C'est pourquoi il est primordial de mettre tout en œuvre pour offrir l'opportunité à toutes nos citoyennes et tous nos citoyens de développer le plaisir de bouger, par des services et infrastructures de qualité, diversifiés, sécuritaires et appropriés.

Nous avons la chance de profiter d'infrastructures variées dispersées sur tout le territoire et de vivre dans un environnement naturel d'exception. Entre la mer et les montagnes, les vallées et les rivières sont autant de terrains de jeux pour les jeunes et les moins jeunes, les résidents comme les visiteurs. Cette nature est d'ailleurs l'une des plus grandes forces en notre possession pour attirer et retenir les nouveaux arrivants et contrer le dépeuplement de notre belle région. Le touriste d'aujourd'hui sera peut-être le citoyen résident de demain.

Force est de constater que la population évolue et il est du souhait de la MRC de faire évoluer l'offre de service avec elle. En effet, le rythme de vie des familles amène l'émergence de nouvelles formes parfois moins contraignantes d'activités physiques, comme la pratique libre (course, basket entre amis, marche, vélo), une façon de bouger sans les exigences d'un horaire ou d'un lieu fixe. D'un autre côté, un effort constant doit être fait pour garder une pertinence dans les services offerts, que ce soit en étendant l'accessibilité à toujours plus de citoyens, ou encore en appuyant l'apparition de nouvelles activités et de nouveaux sports originaux répondant aux besoins des gens.

En quoi la MRC et les municipalités qui la composent ont-elles un rôle à jouer dans l'adoption d'un mode de vie physiquement actif? Le secteur municipal possède des pouvoirs et des compétences qui lui permettent, entre autres, d'aménager nos milieux, de prendre des ententes et de susciter des partenariats, de soutenir et valoriser différents organismes et bénévoles.

Cette politique représente une orientation claire de la MRC à faciliter la pratique du sport et de l'activité physique de plein air. L'élaboration d'une politique sur le développement et l'optimisation du sport et des activités de plein air s'imposait donc pour faciliter et encadrer les décisions et les actions de ses municipalités, et ce, afin d'améliorer la qualité, la diversité, l'accessibilité et l'inclusion des services offerts en sports et activités physiques de plein air pour toute la population sur tout le territoire.

BOUGER POUR NOTRE SANTÉ

L'activité physique a un impact sur le sentiment de bien-être, et diminue le risque de développer des maladies chroniques. Seulement un adulte de la région gaspésienne sur trois bouge suffisamment dans ses loisirs pour atteindre des bienfaits pour sa santé, et seulement un adolescent sur quatre chez les jeunes d'âge secondaire ! Beaucoup de travail reste donc à faire pour que tous nos citoyens et citoyennes retirent les bienfaits de l'activité physique.

Crédit photo : Eskielle R-Roussy

Crédit p



MISSION, VISION ET PRINCIPES DIRECTEURS

De nombreuses municipalités se sont déjà dotées au fil des ans de ce type de politique, et ce, partout en province. La MRC du Rocher-Percé prend position comme un acteur important dans l'amélioration de la qualité de vie de toutes ses citoyennes et tous ses citoyens. C'est dans une démarche concertée des acteurs de la région que cette politique voit le jour, et dans laquelle s'inscrira prochainement un plan d'action détaillé.

La diversité de l'offre d'activité physique de plein air et de sport dans la MRC du Rocher-Percé ne serait possible sans l'action concertée des milieux municipaux, scolaires, des institutions et des organismes, souvent bénévoles, œuvrant dans le milieu. Multiplier les opportunités de bouger de notre population se fait grâce au partage toujours plus grand des idées, des connaissances et des ressources. C'est pour cette raison que la démarche d'élaboration de la politique et de son plan d'action s'effectue en collaboration avec un comité consultatif représentant une diversité de groupes de citoyens. Ce même comité sera chargé du suivi et de l'évaluation sur une base régulière de l'avancement des actions proposées de manière à multiplier les occasions d'échange et de partenariat.

MISSION

Chef de fil en développement sur son territoire, la MRC du Rocher-Percé, en partenariat avec ses municipalités, vise d'ici 2021 à accroître son rayonnement et à rehausser la qualité de vie de toute sa population en soutenant la mise en place d'un environnement favorable à la pratique de sports et de l'activité physique de plein air.

VISION

La MRC du Rocher-Percé, considérant sa mission et son rôle de concertation sur son territoire, dont en matière de sport et d'activité physique de plein air, et en collaboration et en respect de ses municipalités et organismes, se donne cette vision :

«Le rayonnement de la MRC et l'épanouissement de tous ses citoyens, actuels et futurs, reposeront sur une approche inclusive et équitable, sur l'apport et la reconnaissance des bénévoles, sur la collaboration avec les partenaires et sur des infrastructures adéquates et une offre sportive et d'activité physique de plein air de grande qualité».

photo : Jean-François Tapp



Crédit photo : Boris Piquette



PRINCIPES DIRECTEURS

Une telle démarche prend nécessairement source dans des valeurs communes . Des principes directeurs en accord avec ces valeurs ont donc guidé l'élaboration des axes et orientations d'action de cette politique, et gouverneront les mesures proposées au plan d'action détaillé à venir.

01

LA VALORISATION DU SPORT ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Au cœur de cette démarche est l'objectif d'une population plus en santé, faisant le choix d'un mode de vie sain et actif. Il est important de supporter, multiplier et souligner les initiatives en matière d'offres d'occasion de bouger, pour que de plus en plus de gens adhèrent au changement des habitudes de vie nécessaires à un mode de vie physiquement actif.

02

L'ACCESSIBILITÉ, L'INCLUSION ET L'INTÉGRATION

Les activités sportives et de plein air sont des vecteurs idéals d'inclusion et d'intégration, favorisant le mélange et les échanges entre les différentes réalités sociales de la population, les personnes en situation de handicap, les citoyens de longue date et les nouveaux arrivants, les familles et les personnes âgées. À la base de ce concept, figure l'accessibilité au plus grand nombre, peu importe l'âge, la condition physique, le genre, le quartier de résidence ou la condition économique.

PRÉCISIONS SUR NOS INSTALLATIONS INFRASTRUCTURES/CLUBS/LIGUES

32 clubs et associations représentant plus de 25 activités et sports soutenus par plus de 20 types d'infrastructures différentes répartis sur 3 256 km² de territoire divisé en 5 municipalités et un territoire non organisé.

- > 1 club de raquette
- > 2 clubs de badminton
- > 4 clubs de soccer mineur
- > 1 club de soccer du Rocher-Percé
- > 2 clubs de patinage artistique
- > 1 club de football de la MRC
- > 2 clubs de marche
- > 1 club de boxe
- > 3 clubs de volleyball
- > 2 clubs d'art martial
- > Danse, hip-hop et ballet dans 3 secteurs
- > Yoga dans 3 secteurs
- > 2 ligues de balle-molle
- > 5 centres communautaires
- > 5 centres de plein-air
- > 4 arénas
- > Sentiers de ski de fond dans 3 secteurs
- > 1 piscine intérieure
- > Parcs dans tous les secteurs dont 1 parc de skate et 1 terrain de jeu intérieur
- > 37 sentiers de randonnée pédestre sur 93 km, plusieurs accessibles en raquettes l'hiver
- > 130 km de la route verte à travers tous les secteurs
- > 21 sentiers cyclables sur près de 40 km

03 LE BÉNÉVOLAT

L'apport des bénévoles est crucial à l'offre sportive et d'activités physiques de plein air sur le territoire. Il est donc important d'en souligner l'implication et l'excellence, de faciliter leur recrutement, de favoriser la prise en charge par la collectivité de l'offre et de soutenir la base bénévole actuelle et future. Il est aussi nécessaire d'assurer la formation de bénévoles et de développer des nouvelles formes de bénévolat, tels que le micro-bénévolat et le bénévolat ponctuel, beaucoup plus adaptés au rythme de vie et à la réalité des citoyennes et des citoyens.

05 L'OPTIMISATION DE L'UTILISATION

Un défi important à relever dans notre MRC réside en partie dans l'optimisation de l'utilisation des infrastructures actuellement en place. Il faut permettre la pratique d'un maximum d'activités, traditionnelles ou novatrices, pour le plus grand nombre. Il est donc important de favoriser le maintien, la flexibilité et la polyvalence des infrastructures, le maintien et le développement des activités actuelles et la mise en place d'une offre originale. Puisque l'appropriation des infrastructures par tous les membres de la population est un point central à l'optimisation de l'utilisation, il sera nécessaire de multiplier les opportunités de bouger, qui pourront prendre diverses formes, telles que des activités d'initiation, des portes ouvertes des infrastructures ou l'organisation de transport, et d'augmenter les plateformes de diffusion de ces activités à toute la population.

- > L'association de hockey mineur du Rocher
- > 2 clubs de course
- > 2 clubs de vélo dont un de vélos adaptés
- > 3 centres de mise en forme et développement sportif
- > 3 terrains de tennis
- > 2 terrains de golf et 1 terrain de pratique
- > 3 stations d'entraînement libre en plein air
- > 3 centres de glissade hivernale
- > 2 clubs nautiques
- > 1 parc naturel
- > 1 réserve faunique
- > 1 réserve écologique

04 LA SÉCURITÉ ET LA QUALITÉ

La MRC du Rocher-Percé reconnaît que, pour que la pratique de sports et d'activités physiques de plein air ait un impact bénéfique maximal, celle-ci doit se dérouler dans un environnement et un encadrement sécuritaires et de qualité, faite par des ressources ayant reçu des formations adéquates. C'est pourquoi, les présentes mesures visent le rehaussement de la sécurité globale des infrastructures ainsi que des mesures de sécurité reliées à la pratique des différents sports et activités.

06 AGIR EN SYNERGIE DANS LE RESPECT DE LA DIFFÉRENTIATION, DE LA COMPLÉMENTARITÉ ET DE L'ÉQUITÉ

Chacun des acteurs du milieu a des compétences, des spécialités et des spécificités particulières permettant une offre d'infrastructures et d'activités complémentaires et différenciées sur tout le territoire. Ce principe directeur vise à élargir la collaboration, l'entente et les échanges équitables de manière à travailler dans le même sens : offrir aux citoyens et aux citoyennes des services diversifiés autant des points de vue de sa nature, de sa clientèle, de son lieu que de sa répartition dans le temps. Il implique aussi de souligner et de diffuser les initiatives synergiques.

- > 4 patinoires extérieures
- > 2 terrains de volleyball extérieurs
- > Des gymnases et des terrains de soccer dans 7 secteurs de la MRC
- > Près de 32 km de plages accessibles au public partout sur le territoire
- > 1 terrain de football
- > 2 terrains de balle-molle
- > 2 terrains de basketball

AXE/ORIENTATION #1 • INFRASTRUCTURES

AXE 1 : UNE OFFRE D'INFRASTRUCTURES ET DE SERVICES APPROPRIÉS SUR TOUT LE TERRITOIRE

ORIENTATION 1.1 : MAINTENIR ET METTRE À NIVEAU L'OFFRE D'INFRASTRUCTURES ACTUELLE

Inventorier et analyser les forces et les faiblesses des infrastructures pour chaque secteur (plateaux de loisirs, parcs, sentiers, routes et sentiers cyclables, gymnases, terrains de balle, terrains de soccer, anneaux de glace, terrains de tennis, etc.)

OBJECTIFS **Planifier** et effectuer les mises à niveau nécessaires au maintien d'infrastructures et d'équipements de qualité en priorisant selon le degré d'utilisation.

Mettre en place un outil de gestion permettant la planification et le suivi des entretiens, de manière à prolonger la durée de vie utile des équipements.

ORIENTATION 1.2 : PROMOUVOIR UNE UTILISATION EFFICIENTE ET OPTIMALE DES INFRASTRUCTURES EXISTANTES

Formuler des protocoles et ententes équitables d'utilisation des infrastructures scolaires, municipales et privées, particulièrement pour les intervenants du milieu pour des projets innovants ou la tenue d'activités sportives libres.

OBJECTIFS **Établir des ententes d'utilisation d'infrastructures** ayant un caractère unique sur le territoire pour les rendre disponibles à toute la population de la MRC.

Étudier les différentes possibilités de diversification d'utilisation des infrastructures disponibles pour répondre à une clientèle plus variée.

ORIENTATION 1.3 : AMÉLIORER L'ACCESSIBILITÉ À DES SERVICES ET INFRASTRUCTURES SÉCURITAIRES ET DE QUALITÉ

Aménager des stratégies de déplacement pour augmenter l'accès de toute la population de la MRC aux différents services (co-voiturage, transport adapté et en commun)

OBJECTIFS **Évaluer les besoins** d'engager des ressources pour effectuer une surveillance à des cases horaires stratégiques dans les parcs et plateaux de loisirs.

CE QUE LA MRC S'ENGAGE À FAIRE

- Chapeauter l'inventaire des infrastructures et des équipements sportifs sur tout le territoire.
- Accorder un soutien financier pour les mises à niveau ciblées par l'exercice d'inventaire.
- Instiguer et participer activement à la mise en place et à l'actualisation de protocoles d'entente d'utilisation pour le bénéfice de tous les citoyens de la MRC.
- Mettre en place des stratégies de déplacement permettant de réduire les obstacles à l'accessibilité physique des lieux de pratiques sportives.
- Analyser les fréquentations des plateaux de loisirs pour mieux conseiller sur les opportunités de diversification.

AXE/ORIENTATION #2 • PROMOTION MODE DE VIE / VALORISATION ACTIVITÉ PHYSIQUE

AXE 2 : VALORISATION DU SPORT ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DE PLEIN AIR POUR UNE POPULATION SAIN ET ACTIVE

ORIENTATION 2.1 : RECONNAÎTRE LA PLACE PARTICULIÈRE QUE LE PLEIN AIR ET LES ACTIVITÉS PHYSIQUES DE PLEIN AIR OCCUPENT DANS NOTRE MRC

- OBJECTIFS**
- Harmoniser** la signalisation, l'aménagement, l'entretien et la disponibilité de l'information sur les sentiers pédestres, de raquette, de ski de fond et réseau de routes cyclables sur le territoire.
 - Aménager, entretenir et mettre en valeur** les berges et plages publiques dans le respect de l'environnement.
 - Encourager** le maintien et l'augmentation d'offres d'activités extérieures en toute saison.
 - Accroître la sécurité** en repensant les milieux de vie urbains tels que les éclairages dans les sentiers urbains ou péri-urbains, en adoptant de la signalisation adéquate, etc.

ORIENTATION 2.2 : RECONNAÎTRE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SPONTANÉE ET LA PRATIQUE LIBRE D'ACTIVITÉS COMME MOTEUR DU CHANGEMENT DES HABITUDES DE VIE

- OBJECTIFS**
- Promouvoir** les transports actifs pour le travail et les loisirs (vélo, marche, course).
 - Améliorer l'offre** de service des activités «libres» disponibles et participer à en encadrer la tenue sur tout le territoire.
 - Étudier les différentes possibilités** de diversification d'utilisation des infrastructures disponibles pour répondre à une clientèle plus variée.

ORIENTATION 2.3 : ENCOURAGER LA TENUE D'ÉVÉNEMENTS SPORTIFS POUR AMENER UN RAYONNEMENT RÉGIONAL

- OBJECTIFS**
- Soutenir** la tenue d'événements sportifs d'envergure (courses, compétitions, etc.) et développer des activités grand public connexes.
 - Aider à l'augmentation** de la visibilité et du rayonnement des événements sportifs, de leurs organisateurs et de leurs participants.

ORIENTATION 2.4 : SENSIBILISER LA POPULATION À L'ADOPTION D'UN MODE DE VIE SAIN ET ACTIF

- OBJECTIFS**
- Instaurer** des activités ponctuelles de sensibilisation auprès des jeunes (exemple : Jouez Gagnant).
 - Colliger** les informations concernant les activités offertes, les inscriptions, les pratiques libres et les lieux dans la MRC et les diffuser efficacement, par exemple via des outils de planification pour les citoyens.
 - Mettre en valeur** les bons coups d'athlètes, bénévoles, organisations, etc.

CE QUE LA MRC S'ENGAGE À FAIRE

- Soutenir financièrement les événements sportifs d'envergure.
- Créer des outils de promotion diversifiées des activités et événements sportifs et de plein air pour rejoindre un maximum d'usagers potentiels.
- Collaborer aux initiatives de dynamisation et de consultation du milieu, particulièrement des jeunes.

AXE/ORIENTATION #3 • BÉNÉVOLAT

AXE 3 : RECONNAISSANCE ET SOUTIEN DES ORGANISMES ET DU BÉNÉVOLAT

ORIENTATION 3.1 : SOUTENIR LA VALORISATION DU BÉNÉVOLAT

Aider au recrutement de bénévoles en s'associant avec les acteurs locaux clés.

OBJECTIFS

Encourager et contribuer à la tenue d'activités locales et régionales de reconnaissance du bénévolat.

ORIENTATION 3.2 : SOUTIEN AUX ORGANISMES

Assurer la promotion et la visibilité des organismes, des clubs et des associations.

OBJECTIFS

Soutenir le développement des ressources humaines en améliorant la formation continue des intervenants et bénévoles.

CE QUE LA MRC S'ENGAGE À FAIRE

- Évaluer les besoins d'engager une ressource qui permettrait d'apporter un soutien logistique ponctuel aux organismes.
- Continuer la consultation des intervenants en sport et en plein air pour avoir une connaissance approfondie des défis et enjeux à surmonter dans notre MRC.
- Établir des contacts avec le monde scolaire et les grands employeurs dans un but d'améliorer les stratégies de participation citoyenne bénévole.
- Participer à l'organisation d'activités de reconnaissance du bénévolat dans le monde sportif et du plein air.



Crédit photo : Géoparc de Percé

AXE/ORIENTATION #4 • CONCERTATION ET PARTENARIAT

AXE 4 : LA CONCERTATION ET LE PARTENARIAT COMME PRIORITÉ DE TOUS LES INTERVENANTS

ORIENTATION 4.1 : FAVORISER LA MISE EN ŒUVRE D' ACTIONS CONCRÈTES ET RÉALISABLES DANS LE CADRE DE LA POLITIQUE ACTUELLE

Assurer le suivi de la politique actuelle par des rencontres régulières et à date fixe des membres du comité consultatif.

OBJECTIFS

Continuer le processus consultatif pour la mise en place du plan d'action détaillé.

ORIENTATION 4.2 : ÉTABLIR UN CLIMAT ET UNE CULTURE DE PARTAGE ENTRE LES MUNICIPALITÉS ET LES AUTRES ACTEURS

Profiter de l'opportunité de rapprochement des acteurs pour connaître la réalité des autres.

Encourager les opportunités d'échanges et de collaboration entre tous les acteurs du milieu.

OBJECTIFS

Bâtir un plan de visibilité pour les organismes privés et entreprises désirant investir dans un projet (infrastructures, équipements, événements).

Travailler en partenariat, entre autres, avec les fédérations sportives, dans les projets de restauration, de mise à niveau ou d'achat de matériel pour en assurer les meilleurs standards.

CE QUE LA MRC S'ENGAGE À FAIRE

- Mobiliser les partenaires dans un processus d'élaboration d'un plan d'action quinquennal complet.
- Planifier et diriger plusieurs rencontres par année du comité de suivi.
- Réunir des sous-comités de travail ayant des intérêts communs pour identifier des actions spécifiques.
- Diffuser aux municipalités et organismes de sport et de plein air des outils développés pour répondre à leurs besoins.



Crédit photo : Office de Tourisme du Rocher-Percé



Crédit photo : Office de Tourisme du Rocher-Percé

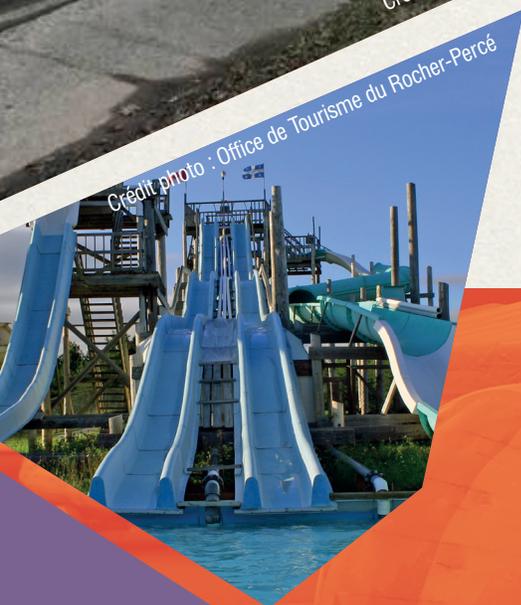


Crédit photo : Julie Lelièvre

MOT DE CLÔTURE / REMERCIEMENTS

L'élaboration de cette politique du sport et de l'activité physique de plein air est une initiative de la MRC du Rocher-Percé, en concertation avec son milieu. La MRC du Rocher-Percé tient donc à remercier tous les partenaires ayant collaboré à la mise en œuvre de ce document.

Le suivi de la politique et l'élaboration d'un plan d'action s'échelonnant sur 5 ans seront assurés par le comité consultatif.



Crédit photo : Office de Tourisme du Rocher-Percé

LES VALEURS AU CŒUR DE LA DÉMARCHE

ACCESSIBILITÉ

ÉQUITÉ

SÉCURITÉ ET QUALITÉ

TRANSPARENCE

INCLUSION ET INTÉGRATION

VALORISATION

OPTIMISATION DE L'UTILISATION

SUIVI



COMITÉ DE PILOTAGE :

- **CHABOT**, Sophie
- **CLÉMENT**, Glenn
- **DUGUAY**, Richard
- **HUARD**, Éric
- **LUSIGNAN**, Marc
- **MOREAU**, Philippe
- **ROY**, Isabelle

COMITÉ CONSULTATIF :

- **AUDET**, Marie-Lou
- **CHABOT**, Sophie
- **CLÉMENT**, Glenn
- **CYR**, Gino
- **CYR**, Marie-Pierre
- **DUGUAY**, Richard
- **FYFE**, Jonathan
- **GAUTHIER**, Martin
- **HUARD**, Éric
- **JALBERT**, Isabelle
- **JONCAS**, Pierrot
- **LAPLANTE**, Denise
- **LOISELLE**, Richard
- **LUSIGNAN**, Marc
- **MOREAU**, Kent
- **MOREAU**, Philippe
- **NAUD**, Jasmin
- **PAQUIN-PROULX**, Pierre-Marc
- **PERRON**, Jean
- **ROY**, Isabelle
- **SHAW**, Murielle



CONCERTATION, DIFFÉRENCIATION ET COMPLÉMENTARITÉ

CONCERTATION DE LA PRATIQUE DU SPORT ET D'ACTIVITÉS PHYSIQUES DE PLEIN AIR

REPORT, RECONNAISSANCE ET VALORISATION DU BÉNÉVOLAT

LEXIQUE

ACTIVITÉ PHYSIQUE

L'activité physique se définit comme une activité au cours de laquelle on a recours à ses ressources corporelles pour effectuer des mouvements entraînant une dépense énergétique.

SPORT

Ensemble des activités physiques et de jeux, centrées sur les aptitudes et les habiletés corporelles humaines mises à contribution dans un cadre de compétition et de performance d'intensité variable, réglementées par des rituels et des codes de conduite définis par les organisations qui en assument la régie, et vécues soit à des fins récréatives, soit en visée d'excellence conduisant potentiellement aux plus hauts honneurs à titre amateur ou au spectacle à titre professionnel.

Ne sont pas incluses dans cette définition, les activités motorisées, telles le VTT.

ACTIVITÉ PHYSIQUE (OU LOISIR) DE PLEIN AIR

Ensemble des formes de loisir spécifiquement ou occasionnellement associées à l'usage du milieu naturel, réalisées à l'extérieur d'un endroit clos (ex. : un parc, une aire de jeux ou de sport extérieur, un sentier de montagne, etc.)

Ne sont pas incluses dans cette définition, les activités motorisées, telles le VTT, et les activités de chasse et de pêche.

MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF

Mode de vie qui intègre la pratique de diverses activités physiques, de fréquence, de durée et d'intensité variables, pour les bienfaits qui s'y rapportent. Idéalement, ce mode de vie actif intègre suffisamment d'activité physique d'intensité modérée à vigoureuse pour rencontrer les recommandations par groupes d'âge, soit au moins 150 minutes par semaine pour les adultes de plus de 18 ans, 60 minutes par jour pour les enfants et les jeunes de 5 à 17 ans, et 180 minutes d'activités d'intensité variable par jour pour les bambins de 0 à 4 ans.

PRATIQUE LIBRE

La pratique libre comporte peu d'animation, d'encadrement ou de contraintes de temps, ou encore ne présente aucun de ces aspects. Elle permet à chacun de faire une activité quand et comme bon lui semble. Cependant, elle suppose très souvent une certaine forme d'organisation.

INCLUSION ET INTÉGRATION

On entend par inclusion et intégration que les activités sportives et de plein air devraient servir de vecteur afin de permettre à toute la population, d'ici et d'ailleurs, de sociabiliser, de contribuer et de participer activement à la vie communautaire de sa collectivité. Elles devraient également servir d'élément attractif envers les nouveaux arrivants.

ACCESSIBILITÉ

On entend par accessibilité que l'ensemble des citoyennes et citoyens devrait avoir la possibilité de pratiquer des activités sportives libres ou structurées, individuelles ou collectives, par l'entremise d'infrastructures de qualité et par des services répondant à leurs besoins et attentes, afin de les appuyer dans le maintien et l'amélioration de leur qualité de vie.

ÉQUITÉ

On entend par équité qu'un juste coût et une juste compensation devraient exister entre les utilisateurs des activités et infrastructures sportives et les propriétaires et opérateurs des dites infrastructures, et ce, en tenant compte des achalandages, fréquentations et provenance des clientèles actuelles et anticipées. Équité n'est donc pas nécessairement synonyme, dans ce cas, d'égalité.





Crédit photo : Gaspesia 100

100

GASPESIA 100



MRC DU
ROCHER-PERCÉ

WWW.MRCROCHERPERCE.COM - T : 418 689-4313

CONCEPTION ET IMPRESSION : IMPRIMERIE DES ANSES INC.