



DE LA CAPITALE-NATIONALE

PLAN STRATÉGIQUE
DE DÉVELOPPEMENT DU SPORT
DANS LA RÉGION
DE LA CAPITALE-NATIONALE

**LE SPORT,
C'EST CAPITAL!**



Sincères remerciements à tous les intervenants qui ont pris part aux consultations disciplinaires et territoriales, ainsi qu'à ceux qui ont répondu au sondage de validation.

LE COMITÉ DE TRAVAIL

Madame Manon Deschênes
agente de développement, ULSCN

Madame Marie-Lune Genest
directrice générale, Association des joueuses et joueurs d'Ultimate de Québec, administratrice ULSCN

Madame Marie-Eve Therrien
directrice générale, ULSCN

Firme de consultants «Lavigne et associés»
Messieurs Jean Fortier et Paul-André Lavigne

Monsieur Christian Comtois
gestionnaire du Service des activités sportives, Cégep de Sainte-Foy, administrateur ULSCN

Monsieur Marc-André de La Garde
président, Association régionale de gymnastique de la Capitale-Nationale, secrétaire ULSCN

Monsieur Clément Nadeau
représentant du RSEQ-QCA, vice-président ULSCN

RÉDACTION

Lavigne et associés

RÉVISION LINGUISTIQUE

Madame Stéphanie Doyon

Madame Gabrielle Garand

Monsieur Denis Poulet

Madame Diane Roy

GRAPHISME

Madame Marie-Claude Quenneville
Lacerte communications

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2013

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2013

ISBN 978-2-9812400-4-0 (version imprimée)

ISBN 978-2-9812400-5-7 (pdf)

Juin 2013

MOT DU PRÉSIDENT



C'est avec fierté et plaisir que je vous présente le Plan stratégique de développement du sport de la région de la Capitale-Nationale, dont le titre est fort révélateur : **Le sport, c'est CAPITAL!**

La pratique d'activités sportives joue un rôle majeur dans la vie quotidienne des individus et dans celle des collectivités et les bénéfices associés à cette pratique sont nombreux.

LE SPORT, C'EST CAPITAL POUR...

- l'amélioration des conditions de vie,
- la qualité de vie,
- la santé et le bien-être,
- l'intégration et la participation sociale,
- l'économie,
- le développement de la vitalité de la région.

LE SPORT EST SYNONYME DE...

- plaisir,
- passion,
- dépassement de soi,
- engagement,
- excellence,
- esprit d'équipe et collaboration.

La Capitale-Nationale est une région pleine de richesses où le dynamisme, l'énergie et la vitalité des acteurs sont contagieux. Dans le domaine du sport, plus de 85 000 personnes pratiquent une discipline sportive. Les activités sportives sont soutenues par 3 300 administrateurs, 6 000 entraîneurs et des milliers de bénévoles.

Pour la réalisation de son plan stratégique, l'ULSCN devait prendre en compte cette panoplie d'acteurs et d'intervenants. Elle en a rencontré des centaines dans les séances de consultation, a écouté attentivement les observations, critiques et avis des représentants des principales instances qui régissent, organisent et animent le

sport dans la région. Elle souhaitait ainsi dégager une vision partagée en matière de développement du sport entre les partenaires scolaires, municipaux et associatifs, et établir les déterminants requis pour l'affirmation accrue de la communauté sportive régionale et l'atteinte d'une pluralité d'objectifs.

Ainsi, ce plan stratégique propose des lignes directrices conformes au nouveau courant de pensée politique en matière de loisir et de sport. En effet, il semble que le gouvernement du Québec veuille faire du mieux-être et de la santé sa cible principale. On entend faire « bouger le Québec ». Dans cette nouvelle perspective, le domaine sportif est prioritaire et ce plan stratégique de développement du sport pour la région arrive à point. Même si l'accès au sport demeure problématique à certains endroits dans la région et que plusieurs initiatives devront être prises afin d'assurer un essor uniforme aussi bien en milieu rural que dans les villes, l'ULSCN se voit encouragée par les orientations politiques qui se dessinent et ne peut qu'afficher un bel optimisme.

Dans cet esprit, l'ULSCN souhaite que la mobilisation et le travail majeur effectués pour l'élaboration de cet outil se poursuivent et que les actions prévues au plan soient mises en œuvre rapidement.

Je désire exprimer ma profonde reconnaissance à tous ceux et celles qui se sont impliqués dans ce projet tout au long de ses différentes étapes et tout particulièrement aux bénévoles qui ont participé activement aux séances de consultation.

Vos connaissances et vos expériences ont permis de mettre au point ce plan, qui propose notamment des principes directeurs pour le soutien, la mobilisation et la promotion en vue du développement du sport dans la région de la Capitale-Nationale.

Que ce plan stratégique soit une source inspirante qui propulsera la communauté sportive de la région vers des résultats très satisfaisants. La population de la Capitale-Nationale deviendra plus active parce que **Le sport, c'est CAPITAL!**

Le président,

GILLES MAHEUX

LE SPORT, C'EST CAPITAL!

PLAN STRATÉGIQUE DE DÉVELOPPEMENT DU SPORT DANS LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE

Mot du président	1	5. Problématiques	12
1. Contexte et objectifs	3	5.1. Un manque de vision	12
2. Méthodologie	4	5.2. Des ressources humaines qui s'essoufflent.....	12
2.1. Engagement d'un consultant	4	5.3. Une concertation qui laisse à désirer	12
2.2. Formation d'un comité de suivi.....	4	5.4. Des lieux de pratique en quantité et en qualité variables	13
2.3. Consultations disciplinaires	4	5.5. Une visibilité et une reconnaissance difficiles	13
2.4. Consultations territoriales	5	5.6. Des ressources financières limitées	13
2.5. Consultations des principaux partenaires.....	5	6. Fondements	14
2.6. Validation des consultations	5	6.1. Définition du sport.....	14
3. État de la situation du sport	6	6.2. Valeurs du sport	15
4. Tendances	10	6.3. Principes directeurs	16
4.1. Le vieillissement de la population	10	7. Axes d'intervention	18
4.2. L'éclatement des familles.....	10	7.1. Un soutien adapté à offrir.....	18
4.3. L'émergence de la pratique libre.....	10	7.2. Des rôles et des responsabilités à partager.....	18
4.4. Le sport, une expérience plus qu'une activité	10	7.3. Une culture du sport à entretenir et à développer	19
4.5. Le bénévolat, rare et exigeant.....	11	8. Plan d'action	20
4.6. Une utilisation accrue des nouvelles technologies.....	11	9. Conclusion	24
		Bibliographie	26
		Sigles et autres abréviations	28



1. CONTEXTE ET OBJECTIFS

Le sport est devenu vraisemblablement une activité sociale et culturelle de première importance depuis quelques années. Il ne se passe pas une journée sans que nous entendions parler de sport, qu'il s'agisse d'activités dans la région ou ailleurs. Longtemps identifié au bénévolat et réservé à une élite financièrement aisée, le sport est aujourd'hui considéré comme une activité économique importante se déroulant sur tous les territoires, ruraux ou urbains.

Plus encore, il a été démontré que le sport contribue à réduire les coûts sociaux et les soins de santé. Il a également des effets positifs sur la persévérance et la performance scolaires, ainsi que sur la mobilisation et l'implication citoyennes.

C'est dans ce contexte que l'ULSCN a jugé opportun de porter un nouveau regard sur le développement du sport dans la région. L'ULSCN est l'organisme régional de loisir et de sport reconnu par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) à titre de partenaire pour la région de la Capitale-Nationale. En vertu de ses responsabilités, elle réalise sa mission qui consiste à « soutenir, promouvoir et participer au développement du loisir et du sport de la région de la Capitale-Nationale en fonction des tendances et en partenariat avec les intervenants du milieu afin d'en favoriser la qualité et l'accessibilité à l'ensemble de la population ».

S'inspirant de son Plan quinquennal 2012-2017 et des recommandations soumises lors de différentes rencontres tel le Rendez-vous régional en loisir et en sport de 2011, l'ULSCN s'est interrogée sur l'intervention régionale dans le domaine sportif. C'est pourquoi elle a demandé un soutien financier à la Conférence régionale des élus de la région de la Capitale-Nationale et au Forum Jeunesse de la Capitale-Nationale. Elle a obtenu cette aide, qui lui a permis de mener à bien l'élaboration du Plan stratégique de développement du sport dans la région que nous présentons maintenant.

En fait, l'ULSCN désire aller au-delà du premier constat des problématiques et des besoins. Elle voulait pousser la réflexion afin d'identifier des actions concrètes permettant d'éliminer de façon permanente les freins au maintien et au développement sportif, et d'identifier les acteurs pouvant contribuer à ces actions.

À cet effet, l'ULSCN et ses partenaires souhaitent, par la réalisation de ce plan :

- doter la région d'une vision partagée du développement sportif ;
- déterminer, avec les acteurs concernés, les différents enjeux et la façon d'y répondre ;
- soutenir le développement du sport dans la région, ainsi que les organisations qui y participent.

2. MÉTHODOLOGIE

2.1. Engagement d'un consultant

Dans le but de bénéficier d'une expertise extérieure, l'ULSCN a retenu les services de la firme de consultants Lavigne et associés, à laquelle elle a confié le mandat de la soutenir dans sa démarche. M. Paul-André Lavigne fut le chargé de dossier, secondé par M. Jean Fortier.

2.2. Formation d'un comité de suivi

L'ULSCN a également voulu assurer un suivi rigoureux à la démarche et a donc mis sur pied un comité de suivi à cette fin. Ce dernier est composé d'administrateurs de l'ULSCN, soit Mme Marie-Lune Genest et MM. Clément Nadeau, Marc-André de La Garde et Christian Comtois.

Il est à noter que M. Gilles Maheux, président de l'ULSCN, a participé activement à plusieurs activités du processus de consultation. Deux ressources professionnelles de l'ULSCN ont aussi participé aux travaux du comité de suivi et des consultants, soit Mmes Marie-Eve Therrien et Manon Deschênes.

Les membres du comité de suivi se sont rencontrés à huit reprises et ont participé activement aux différentes consultations effectuées.

Afin de s'assurer de prendre en compte adéquatement tous les besoins du milieu, trois types de consultations ont été retenus : des consultations disciplinaires, des consultations territoriales et des consultations particulières. Au total, plus de 775 invitations ont été lancées par lettres, courriels, bulletins et journaux.

2.3. Consultations disciplinaires

Cinquante disciplines sportives (sur 65 reconnues par le MELS – donc plus des trois quarts) ont été représentées à ces consultations. La méthodologie retenue consistait à regrouper, dans la mesure du possible et au même moment, tous les intervenants sportifs de la région d'une même discipline, tant du milieu civil que scolaire. Pour ce faire, des locaux au Cégep de Sainte-Foy ont été mis à disposition à six dates différentes. Lors des rencontres, l'ULSCN assurait des services d'animation et de secrétariat. 216 personnes (administrateurs, entraîneurs, officiels et autres) ont participé à ces consultations, représentant plus de 80 000 membres d'associations sportives.

2.4. Consultations territoriales

Conscientes des réalités distinctes de chaque territoire et des préoccupations particulières des partenaires que constituent les municipalités, les commissions scolaires et les différentes organisations sportives, l'ULSCN a jugé bon de tenir des consultations territoriales.

Avec 701 204 habitants en 2011, la région de la Capitale-Nationale est le principal pôle démographique du centre et de l'est de la province. Elle est composée de 59 municipalités et de 10 territoires. On dénombre six MRC, soit Portneuf, la Jacques-Cartier, la Côte-de-Beaupré, l'Île d'Orléans, Charlevoix et Charlevoix-Est. La région inclut également l'agglomération de Québec, qui comprend les villes de Québec, de Saint-Augustin-de-Desmaures et de L'Ancienne-Lorette, et regroupe plus de 550 000 habitants.

Six rencontres ont eu lieu, soit deux pour l'agglomération de Québec, une pour la MRC de Portneuf, une pour la MRC de La Jacques-Cartier, une pour les MRC de La Côte-de-Beaupré et de l'Île d'Orléans, et une pour les MRC de Charlevoix et de Charlevoix-Est.

Cent cinquante-six personnes, soit 14 du milieu scolaire, 48 du milieu municipal, 70 du milieu associatif et 24 provenant de divers organismes tels le Conseil du sport de haut niveau de Québec et Québec en Forme, ont participé à ces rencontres.

Les rencontres se sont déroulées en trois étapes : une présentation expliquant les enjeux de la consultation et l'état de la situation, une discussion en petits groupes et une plénière permettant aux groupes de partager leurs conclusions.

2.5. Consultations des principaux partenaires

Parallèlement aux consultations disciplinaires et territoriales, l'ULSCN a jugé important de rencontrer séparément certains acteurs régionaux et provinciaux se préoccupant de développement du sport.

Ces partenaires majeurs furent :

- le Secteur du loisir et du sport du MELS ;
- le Réseau du sport étudiant de Québec et de la Chaudière-Appalaches (RSEQ-QCA) ;
- l'Unité régionale de loisir et de sport de la Chaudière-Appalaches (URLSCA) ;

- le Conseil du sport de haut niveau de Québec (CSHNQ) ;
- le Service des activités sportives de l'Université Laval ;
- le Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire de la Ville de Québec ;
- le Bureau des grands événements de Québec.

Le but de l'exercice était de connaître la vision de ces partenaires et leurs défis quant au développement du sport dans la région de la Capitale-Nationale.

2.6. Validation des consultations

Dans le but de répondre à une demande des participants, l'ULSCN a envoyé à tous ceux qui avaient été invités aux consultations un résumé des propos tenus lors des rencontres afin qu'ils valident et bonifient les recommandations formulées.



3. ÉTAT DE LA SITUATION DU SPORT



De plus, il a été possible de constater que :

- près de 50 % des entraîneurs possèdent une certification reconnue ;
- les associations régionales en sont à des niveaux de développement très diversifiés et, par conséquent, ont des besoins très différents ;
- les concentrations sportives scolaires semblent plus souvent poursuivre des objectifs de marketing que de développement du sport ;
- la Ville de Québec est le lieu de la majorité des associations sportives régionales et l'hôte des événements sportifs d'envergure ; c'est aussi sur son territoire que se trouvent l'Université Laval et la majorité des collèges de la région ;



- les infrastructures sportives sont pour la majorité de propriété municipale ou scolaire ; depuis cinq ans, plus de 150 M \$ ont été investis dans ces infrastructures sans compter l'investissement dans l'amphithéâtre de Québec ;
- des installations sportives universitaires de haut niveau desservent les milieux scolaire et civil ;
- le milieu rural offre une gamme restreinte d'activités sportives, faute de masse critique et d'infrastructures ;
- pour les gens des MRC, l'accessibilité du réseau sportif de la Ville de Québec est de plus en plus difficile s'il n'y a pas d'entente intermunicipale (politique de tarification des non-résidents, transport, etc.) ;

- le sport scolaire et le sport civil n'offrent généralement pas de continuum de pratique sportive ;
- environ un tiers des jeunes de 10 à 17 ans abandonnent la pratique sportive et, de façon générale, la rétention des participants est difficile dans tous les groupes d'âge ;
- les saisons de certains sports de masse (exemples : hockey, soccer et baseball) se chevauchent ;
- de nouveaux sports émergent tels l'ultimate frisbee et le cheerleading ;



- des clubs sportifs majeurs tels le club de football Rouge et Or de l'Université Laval, le club de baseball Les Capitales de Québec et le club de hockey Les Remparts de Québec font la fierté de la région de la Capitale-Nationale et représentent une stimulation pour la pratique de ces activités ;
- outre les fondations provinciales, plusieurs organismes régionaux ou locaux soutiennent financièrement les athlètes de la région ;
- les athlètes de la région de la Capitale-Nationale font bonne figure aux compétitions sportives provinciales, nationales et internationales, et ce, tant sur le plan scolaire que civil ;
- la région est l'hôte d'événements sportifs majeurs ;
- le sport dans la région engendre des retombées économiques importantes, qu'il s'agisse de la pratique régulière (équipements, inscriptions, etc.) ou des événements spéciaux (tourisme, restauration, hébergement).

L'ensemble des consultations a permis de faire la lumière sur la situation du sport dans la région de la Capitale-Nationale, démontrant, entre autres, l'importance et la diversité de l'offre d'activités, le dynamisme du milieu et les défis que représentent son développement.

Globalement, nous retrouvons :

- 32 associations sportives régionales ;
- 70 disciplines sportives (dont 65 reconnues par le MELS) ;
- 358 clubs locaux ;
- plus de 3 200 équipes ;
- plus de 85 000 personnes pratiquant un sport fédéré ;
- plus de 3 300 bénévoles siégeant à des conseils d'administration ;
- plusieurs milliers de bénévoles impliqués dans l'organisation des événements sportifs régionaux ;
- plus de 6 000 entraîneurs, dont 75 % sont des bénévoles.



En fait, il est possible de constater que plusieurs organismes et institutions interviennent à divers niveaux dans le domaine du sport. Voici un organigramme illustrant cette situation complexe :

De façon générale, on peut affirmer que le sport dans la région de la Capitale-Nationale est dynamique et relativement bien développé, mais les intervenants doivent constamment porter attention aux améliorations possibles.



4. TENDANCES

On ne peut prétendre comprendre l'environnement du développement sportif sans faire état des principales tendances affectant l'ensemble des intervenants. Six tendances ont particulièrement retenu l'attention :

4.1. Le vieillissement de la population



Une tendance mondiale indique que l'espérance de vie de la population croît continuellement et la région de la Capitale-Nationale n'y échappe pas. Selon l'Institut de la statistique du Québec, il y aura en 2021 plus de personnes âgées de 65 ans et plus que de jeunes de 18 ans et moins. Les personnes âgées d'aujourd'hui sont plus instruites, plus actives et aussi plus exigeantes qu'autrefois. Elles représentent un potentiel important de sportifs, mais aussi de bénévoles.

Cette nouvelle situation a engendré de nouveaux besoins, qui obligent entre autres à revoir les ententes scolaires-municipales, ainsi que l'utilisation des plateaux d'activités durant la journée.

4.2. L'éclatement des familles

De plus en plus de familles sont reconstituées ou monoparentales. Selon une recherche publiée en 2011 par l'Institut de la statistique du Québec, le pourcentage de mères sur le marché du travail avec un enfant ou plus de moins de 16 ans est passé de 33 % en 1976 à 82 % en 2009. Cette réalité fait en sorte que plusieurs jeunes fréquentent le service de garde après les heures de classe, diminuant ainsi notablement le nombre d'heures disponibles pour la pratique d'un sport. Les organisations sportives doivent repenser leur approche et leur programmation en fonction de cette situation. Par exemple, la tendance de certaines organisations sportives à tenir des tournois les jours de semaine est à revoir. Dans un tel contexte, la conciliation famille-travail-loisir prend tout son sens.

4.3. L'émergence de la pratique libre

Considérant la rareté du temps libre, M. André Thibault, de l'Observatoire québécois du loisir, signalait dans un bulletin de l'Observatoire portant sur les tendances qui interpellent l'offre de service en loisir : « Pour l'ensemble de la population, il est clair que la pratique libre est devenue plus importante que le loisir organisé. » Le jeune ou l'adulte désire pratiquer son sport quand il le veut, avec qui il veut, et, dans la mesure du possible, où et comme il le veut. L'animation des activités, de même que l'aménagement des sites et des environnements prennent alors beaucoup d'importance.

4.4. Le sport, une expérience plus qu'une activité



« Aujourd'hui, le sportif recherche plus une expérience qu'une activité », indique M. André Thibault dans un bulletin de l'Observatoire québécois du loisir paru en 2010 et portant sur les tendances soulignées précédemment. Le pratiquant sportif cherche à réaliser quelque chose de valorisant, à être avec des amis et à exercer un contrôle sur ce qu'il fait. Le contexte, les participants et l'environnement sont des critères à prendre en considération. L'amélioration de la condition physique, la socialisation et le plaisir sont devenus plus importants que l'activité elle-même ; il n'est alors pas surprenant de constater que l'événementiel et tout ce qui l'entoure ont pris une importance grandissante dans le domaine sportif.

Cette situation explique, du moins en partie, la difficulté des organismes sportifs à recruter et à retenir leur clientèle. Les gens veulent essayer plusieurs activités et abandonnent dès qu'ils n'y retrouvent plus le plaisir ou l'environnement souhaité.

4.5. Le bénévolat, rare et exigeant

Le bénévole se trouve devant plusieurs causes tout aussi importantes les unes que les autres. La cause du bénévole sportif est celle de la qualité de vie, de l'appartenance à une communauté, de la volonté de se prendre en charge et du pouvoir d'agir. Comme l'ont confirmé les études effectuées par le Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'Université du Québec à Trois-Rivières au cours des dernières années, le bénévole d'aujourd'hui désire réaliser des choses utiles, agréables, gratifiantes et ponctuelles. Une gouvernance adaptée de même qu'une reconnaissance du bénévolat sont essentielles à son engagement et à sa persévérance.

4.6. Une utilisation accrue des nouvelles technologies

Le domaine du sport n'échappe pas aux nouvelles technologies de l'information. De plus en plus, on voit dans les médias sociaux ou sur le Web en général des offres d'activités sportives, parfois même personnalisées. Cette transmission rapide et nouvelle de l'information permet de rejoindre une clientèle plus vaste et normalement plus difficile à atteindre.

Des équipements telle la console Wii permettent d'adapter l'activité physique aux besoins de chacun. C'est ainsi que certaines personnes âgées, par exemple, ont recommencé à faire davantage d'activités physiques et sportives.

5. PROBLÉMATIQUES

Les consultations effectuées de même que l'analyse des tendances actuelles ont fait ressortir certaines lacunes qu'il est important de bien comprendre. Ces problématiques se vivent de façon différente dans les clubs sportifs et chez les partenaires sportifs. Il faut aussi rappeler que les problématiques soulevées pour la Ville de Québec sont très différentes de celles auxquelles doivent faire face les MRC de la région.

5.1. Un manque de vision

Pris dans le tourbillon quotidien, les responsables du sport, pour la plupart, ne prennent pas le temps de s'arrêter pour planifier à moyen et long terme. Bien que les fédérations sportives aient l'obligation de faire un plan de développement de leur discipline, les consultations ont permis de constater que plusieurs ont peu de liens avec les associations régionales et les clubs locaux.

De plus, les valeurs du sport, et plus particulièrement l'éthique, ne semblent pas toujours comprises et prises en considération. Cet élément a été soulevé davantage lors des consultations territoriales que lors des consultations disciplinaires.

5.2. Des ressources humaines qui s'essouffent

En lien avec la tendance observée, les bénévoles de la région de la Capitale-Nationale sont surchargés et souvent laissés à eux-mêmes. Le recrutement et la rétention des bénévoles représentent un défi perpétuel. Selon une étude canadienne de 2007 relatée dans le rapport de recherche *Bénévolats nouveaux, approches nouvelles*, produit par le Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'Université du Québec à Trois-Rivières, 33 % des bénévoles réalisent à eux seuls 81 % des heures de travail, et ce phénomène est en augmentation.

Aussi, on a noté que les ressources professionnelles en sport sont rares et qu'un manque d'entraîneurs qualifiés se fait sentir.



5.3. Une concertation qui laisse à désirer

De nombreuses organisations fonctionnent en vase clos, et ce, à tous les niveaux, ce qui engendre un manque d'arrimage entre les structures. Les consultations ont permis de constater que plusieurs clubs d'une même discipline ont très peu d'échanges entre eux, et encore moins avec les autres disciplines. Il y a souvent un chevauchement des calendriers qui oblige le pratiquant à faire un choix entre ses activités.

Les participants aux consultations ont déploré le fait que les ententes scolaires-municipales sont souvent difficiles d'application lorsqu'elles existent. Ces ententes portent presque exclusivement sur l'utilisation des plateaux, et le continuum de développement sportif scolaire-civil est quasi inexistant. Pour leur part, les ententes intermunicipales se butent souvent à des résistances politiques.

Les consultations ont également permis de constater la méconnaissance et l'incompréhension des rôles de chaque institution et organisation se préoccupant du sport dans la région. L'incompréhension touche, entre autres, le rôle des fédérations sportives provinciales en lien avec les gestionnaires des infrastructures et le rôle de l'ULSCN avec la Ville de Québec.



5.4. Des lieux de pratique en quantité et en qualité variables

L'agglomération de Québec fait des efforts substantiels pour se doter d'infrastructures sportives et les améliorer. Les infrastructures actuelles sont difficilement accessibles pour la tenue de compétitions. Dans les MRC, la situation diffère. On constate parfois un manque d'infrastructures, parfois des infrastructures de piètre qualité ou peu accessibles en raison des coûts d'utilisation élevés et de leur situation géographique éloignée.

La consultation a aussi fait ressortir que certaines plages horaires sont très demandées et que la répartition des heures des plateaux sportifs suscite beaucoup de mécontentement. De plus, certaines écoles font régulièrement des modifications à l'horaire des activités, obligeant les organisations à annuler ou reporter leurs activités sportives.

L'examen de la situation a permis de constater qu'il n'y a aucun état complet de la situation ou plan de développement régional des infrastructures sportives, ce qui rend difficile toute planification adéquate.

5.5. Une visibilité et une reconnaissance difficiles

Hormis les niveaux professionnel et universitaire, le sport est peu présent dans les médias. Il est difficile de faire connaître l'offre d'activités sportives, si ce n'est par les outils d'information municipaux ou scolaires. Cette situation ne facilite pas le recrutement des pratiquants, ni une juste démonstration des bienfaits et effets du sport.

Force est de constater que le sport prend de plus en plus une place de choix dans les programmes ou projets politiques, notamment à la Ville de Québec. Cependant, malgré cet intérêt grandissant pour la pratique sportive, ce domaine ne reçoit généralement qu'une parcelle de l'investissement municipal et scolaire.

5.6. Des ressources financières limitées

Les personnes consultées ont rappelé que les ressources financières sont déficientes à tous les niveaux. Les athlètes, particulièrement ceux qui évoluent au niveau élite, doivent déboursier des sommes importantes pour arriver à performer adéquatement dans leur sport. En effet, les coûts d'inscription et les dépenses afférentes sont de plus en plus élevés.

Les clubs sportifs n'ont pas le budget nécessaire pour engager et rémunérer convenablement du personnel. Les municipalités et les commissions scolaires ont aussi un problème budgétaire pour l'aménagement et l'entretien des infrastructures requises pour le développement du sport.

6. FONDEMENTS

Connaissant maintenant la situation, les problématiques du sport dans la région de la Capitale-Nationale et les principales tendances, quelles orientations devons-nous privilégier afin d'assurer le développement du sport ?

Afin de répondre à cette question, nous devons nous attarder sur la définition même du sport, ainsi que sur les valeurs et les principes directeurs qui devraient guider les intervenants dans leurs initiatives.

6.1. Définition du sport

La littérature regorge de définitions. Celle qui nous semble la plus appropriée a été énoncée dans la déclaration *Ensemble pour un Québec dynamique et en santé*, élaborée conjointement en 2012 par l'Association québécoise du loisir municipal, le Conseil québécois du loisir, les Unités régionales de loisir et de sport du Québec et SPORTSQUÉBEC.

« Le sport est l'ensemble des activités physiques, 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 en visée d'excellence conduisant potentiellement aux plus hauts honneurs à titre amateur ou au spectacle à titre professionnel. »

À cette définition, nous devons ajouter qu'il y a quatre sphères essentielles à la pratique sportive : la récréation, l'initiation, la compétition et le haut niveau (excellence).



Récréation

Cette composante s'adresse à des pratiquants majoritairement adultes qui s'adonnent à la pratique sportive dans un contexte de détente ou de récréation.

Initiation

Cette composante est reliée à un processus d'apprentissage.

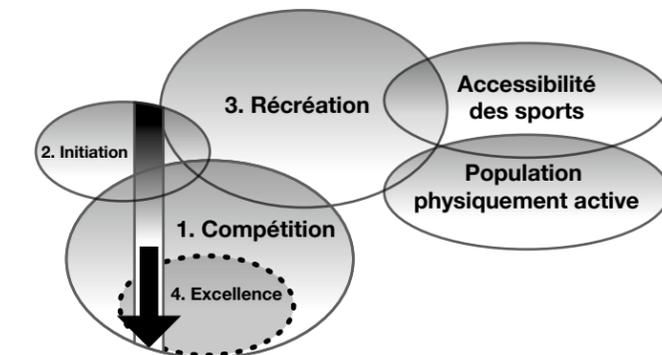
Compétition

Cette sphère implique l'existence d'un réseau de compétitions et d'un ensemble de modalités d'organisation et de fonctionnement régies par une fédération sportive.

Haut niveau (excellence)

Cette composante s'adresse aux athlètes qui se situent à un niveau de performance plus élevé.

Ces sphères tiennent compte de la réalité particulière des milieux urbains et ruraux et de l'impact social du sport. Notre plan stratégique de développement du sport vise ainsi à développer une culture du sport dans la région de la Capitale-Nationale sous deux grands volets : une population physiquement active et l'accessibilité des sports.



Flèche : engagés dans une démarche d'excellence
Colonne : développement à long terme de l'athlète

« Le sport pour tous et adapté pour tous » :
Du sport pour la vie

Le volet « population physiquement active » vise la promotion et le développement d'un mode de vie sain et actif. Celui-ci incite à bouger, à se déplacer à pied et à vélo et à bien se nourrir. Tous sont conscients que la pratique appropriée d'activités physiques et sportives constitue une solution simple, agréable, peu coûteuse et accessible pour diminuer l'énorme fardeau économique de la santé.

Les institutions, qu'elles soient municipales, scolaires ou sociales, sont très sensibles à cette dimension. Des organismes tels Québec en Forme et Kino-Québec sont également des partenaires importants qui travaillent à l'atteinte de cet objectif.

Le volet « accessibilité des sports » a pour objectif de faire en sorte que la population de tous âges et de toutes conditions ait accès à des activités sportives par lesquelles elle peut se développer, socialiser et se dépasser. « Le sport pour tous et adapté à tous » c'est ainsi que nous pourrions parler « du sport pour la vie ».

Les fédérations sportives et les clubs sportifs civils et scolaires ont la responsabilité première de développer leur discipline. De leur côté, les athlètes qui ont un potentiel doivent être en mesure d'atteindre les plus hauts niveaux. Afin de les aider dans leur développement, la structure de leur discipline, le soutien accordé et les infrastructures doivent être présents et accessibles à tous. C'est pourquoi plusieurs partenaires les soutiennent financièrement dans cette mission.

Cette nouvelle approche signifie également que, dans le Plan stratégique de développement du sport, il doit être soutenu que les bienfaits que procurent le sport et l'activité physique sur le développement de la personne sont plus importants que le développement du sport comme tel. On rappelle finalement que le sport et l'activité physique sont des vecteurs importants de la qualité de vie.

Afin de saisir les fondements de cette approche, le Plan stratégique de développement du sport met de l'avant des valeurs et des principes directeurs qui doivent guider les intervenants.



6.2. Valeurs du sport

Au-delà du savoir, du savoir-faire et du savoir-être qu'il développe, le sport est porteur de plusieurs valeurs importantes tels l'engagement, l'éthique, le plaisir, la passion et le dépassement de soi.

Comme le rappelle l'Avis du Comité scientifique de Kino-Québec portant sur l'activité physique, « en plus d'être une forme de divertissement, les activités sportives ont des effets salutaires sur la condition physique, la santé physique et mentale. Elles sont associées à la persévérance scolaire et à d'importants facteurs liés au bien-être et à la qualité de vie, notamment les compétences sociales et relationnelles. »

Tous le reconnaissent, le sport est une véritable école de vie. Il développe le sentiment d'appartenance, favorise l'intégration sociale et préconise de saines habitudes de vie. Il ouvre la voie au leadership et à l'apprentissage de compétences essentielles à la vie grâce au travail d'équipe et à la collaboration.

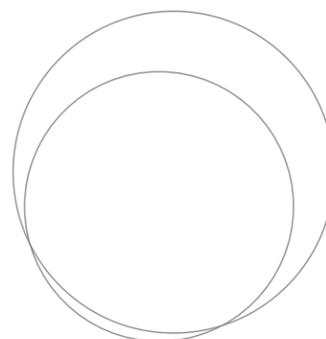


6.3. Principes directeurs

Il est important de rappeler que les principes directeurs du sport doivent être respectés en tout temps.

- Le sport tout comme le loisir doit être considéré comme un droit et être accessible au plus grand nombre. Cette accessibilité peut être financière, physique, territoriale ou culturelle.
- Le sport participe au développement intégral de la personne. Il ne touche pas que la santé physique, comme le souligne l’Avis du Comité scientifique de Kino-Québec, mais il touche à tous les aspects du développement personnel, dont l’aspect social.
- Le sport, par la prise en charge qu’il engendre, renforce la participation citoyenne et le capital social. Le sport est un excellent terreau pour le bénévolat, les statistiques le démontrent largement. Il favorise l’engagement et la collaboration.
- Le sport nécessite des infrastructures adéquates et sécuritaires. Les propriétaires et les gestionnaires des équipements sportifs ont des responsabilités à assumer en ce sens.
- Des entraîneurs et des gestionnaires qualifiés et compétents sont indispensables au développement du sport et des personnes qui le pratiquent. La pratique sportive nécessite un encadrement qui doit être assuré par des personnes possédant les compétences nécessaires, et ce, même s’il s’agit d’un travail bénévole.

- Le sport encourage l’effort et l’excellence dans le respect de la personne et des règles. La victoire n’est pas recherchée à tout prix ; il est important de respecter les limites de chacun et l’éthique dans la pratique du sport.
- Le sport est une responsabilité partagée nécessitant une forte concertation. L’organisation du sport est complexe et nul ne peut prétendre réussir sans la contribution des autres intervenants. Chaque maillon, si petit soit-il, a son importance et doit être pris en considération.
- Le sport est un moteur de développement économique. Une étude effectuée en 2010 par Diobri Gestion Marketing pour le compte de SPORTSQUÉBEC faisait état que « la valeur économique des biens et services consommés par les sportifs des fédérations sportives québécoises est estimée à au moins 200 M \$ annuellement ». Ces sommes ne représentent qu’une fraction de l’argent affectée au domaine du sport, car les gens consacrent aussi une partie de leur budget à l’achat d’équipements et à des dépenses de transport et d’hébergement à des fins sportives. Il est même possible d’ajouter que le sport peut être pris en considération dans le choix de s’établir dans une région.



7. AXES D'INTERVENTION

Considérant la situation actuelle, les tendances, les problématiques identifiées et les fondements convenus, trois axes d'intervention ont été retenus et dix orientations ont été fixées. Les axes d'intervention sont :

- un soutien adapté à offrir;
- des rôles et des responsabilités à partager;
- une culture du sport à entretenir et à développer.

7.1. Un soutien adapté à offrir

Tous les intervenants en sport ont des besoins particuliers et spécifiques à leur mission. Les programmes de soutien doivent faire en sorte que, dans la mesure du possible, tous puissent en bénéficier. C'est dans cette perspective que les trois orientations suivantes ont été arrêtées.

1. Soutenir au niveau régional les intervenants des milieux associatifs, municipaux et scolaires en développement du sport.
2. Offrir aux associations sportives un soutien administratif et professionnel adapté à leurs besoins spécifiques.
3. Soutenir le milieu sportif dans son financement.

7.2. Des rôles et des responsabilités à partager

Le développement du sport n'est pas l'apanage d'un seul intervenant. Qu'il s'agisse des bénévoles ou des permanents, des paliers gouvernementaux supérieurs, des institutions municipales ou scolaires, des associations locales, régionales ou provinciales, tous ont un rôle important à jouer. La communication, le réseautage, le partenariat et la concertation sont indispensables à la réussite des différentes actions proposées. C'est ainsi que les trois orientations suivantes ont été retenues.

4. Créer et soutenir des communautés de pratique regroupant tous les intervenants ayant des intérêts communs.
5. Assurer la disponibilité et la diffusion de l'information relative à toutes les ressources en intervention et en développement du sport.
6. Améliorer la concertation et la collaboration entre les intervenants en sport.

7.3. Une culture du sport à entretenir et à développer

Le sport et l'activité physique sont des vecteurs importants de la qualité de vie de la population. Le sport est bénéfique pour la santé et représente une véritable école de vie par le développement personnel, l'apprentissage de la citoyenneté et la socialisation qu'il permet, et ce, dans toutes les strates de la population. Son accessibilité est essentielle et son encadrement professionnel est primordial. Quatre orientations traduisent ces préoccupations.

7. Favoriser la participation sportive sous toutes ses formes et à tous les niveaux de pratique.
8. Promouvoir le sport et ses valeurs.
9. Promouvoir l'implication bénévole dans toutes les dimensions requises par le bon fonctionnement du sport.
10. Promouvoir le développement professionnel dans toutes les dimensions requises par le bon fonctionnement du sport.



8. PLAN D'ACTION

Ces axes d'intervention et ces orientations appellent une série de propositions d'actions, visant des résultats attendus, impliquant divers partenaires possibles et se déroulant selon un échéancier précis. C'est ce que présente le tableau suivant, qui présente le Plan d'action dans son ensemble.

Les coûts rattachés à ces actions ont également été estimés, mais n'ont pas été intégrés au plan. Il est important de rappeler que la réalisation de ces actions est conditionnelle aux ressources financières qui seront disponibles.

AXES	ACTIONS PROPOSÉES	RÉSULTATS ATTENDUS	PARTENAIRES POTENTIELS	AN 1	AN 2	AN 3
ORIENTATION 1						
SOUTENIR AU NIVEAU RÉGIONAL LES INTERVENANTS DES MILIEUX ASSOCIATIFS, MUNICIPAUX ET SCOLAIRES EN DÉVELOPPEMENT DU SPORT						
AXE A UN SOUTIEN ADAPTÉ À OFFRIR	1.1 Soutenir l'engagement de ressources en développement du sport en milieu rural	Pour 2 MRC, 1 par année	MRC(s), CRÉ, ULSCN, Québec en Forme, Emploi-Québec		x	x
	1.2 Élaborer un plan de développement régional par discipline sportive	- Démarrage dans 5 disciplines par année - Promouvoir le modèle MDA et le DLTA	Associations régionales, ULSCN, RSEQ-QCA, Fédérations sportives, Ville de Québec, Université Laval	x	x	x
	1.3 Réaliser l'inventaire des infrastructures sportives pour toute la région	A l'aide de PARC-O-MÈTRE, réaliser l'inventaire des infrastructures des MRC	ULSCN, milieu municipal	x	x	x
	1.4 Intégrer l'inventaire des infrastructures sportives de la Ville de Québec	A l'aide de PARC-O-MÈTRE, intégrer l'inventaire disponible de la Ville de Québec	ULSCN, Ville de Québec	x	x	x
	1.5 Soutenir le milieu associatif et rural dans l'évaluation des besoins en infrastructures sportives	Préalables: 1.1, 1.2 et 1.3	Associations régionales, ULSCN, MRC(s), CRÉ	x	x	x
	1.6 Créer un centre virtuel de références en développement du sport	Un outil de vigie intégré au portail web sport (réf. 5.1)	ULSCN, UQTR, ULAVAL, Ville de Québec, CSHNQ, URLSCA	x	x	x
ORIENTATION 2						
OFFRIR AUX ASSOCIATIONS SPORTIVES UN SOUTIEN ADMINISTRATIF ET PROFESSIONNEL ADAPTÉ À LEURS BESOINS SPÉCIFIQUES						
AXE A UN SOUTIEN ADAPTÉ À OFFRIR	2.1 Créer un service de coaching et de mentorat bénévole, dans le but de mettre en relation les associations avec des personnes ressources porteuses de l'expertise requise pour leurs besoins spécifiques	Construire la banque de ressources à raison de 4 ou 5 ressources par année	ULSCN, centres d'action bénévole, Centraide, HEC, Retraités du loisir municipal	x	x	x
	2.2 Conclure des ententes afin de rendre disponible des ressources expertes pour les membres dans des domaines spécialisés	Construire la banque de ressources dans 2 nouveaux domaines annuellement	ULSCN, URLSCA, RSEQ-QCA	x	x	x
	2.3 Offrir un soutien matériel et logistique aux associations disciplinaires régionales	Photocopies, salles de réunion, etc.	ULSCN	x	x	x
ORIENTATION 3						
SOUTENIR LE MILIEU SPORTIF DANS SON FINANCEMENT						
AXE A UN SOUTIEN ADAPTÉ À OFFRIR	3.1 Maintenir une base de données précise et complète sur toutes les sources de financement potentielles	Créer la base de données et l'intégrer au portail web sport	ULSCN, Ville de Québec		x	
	3.2 Mettre en place un soutien financier pour la mise en œuvre des plans de développement des disciplines sportives	Suivre le rythme des mises en œuvre annuelles de plans de développement prévues en 1.2	ULSCN, CRÉ, RSEQ-QCA, Fédérations sportives, Ville de Québec	x	x	x

AXES	ACTIONS PROPOSÉES	RÉSULTATS ATTENDUS	PARTENAIRES POTENTIELS	AN 1	AN 2	AN 3
ORIENTATION 4						
CRÉER ET SOUTENIR DES COMMUNAUTÉS DE PRATIQUE REGROUPANT TOUS LES INTERVENANTS AYANT DES INTÉRÊTS COMMUNS						
AXE B DES RÔLES ET DES RESPONSABILITÉS À PARTAGER	4.1 Créer des communautés de pratique pour les responsables des dossiers sports du milieu scolaire de la région	2 à 4 rencontres annuellement	ULSCN, RSEQ-QCA, municipalités, Communagir		x	x
	4.2 Créer des communautés de pratique pour les responsables des dossiers sports du milieu municipal de la région	2 à 4 rencontres annuellement	ULSCN, RSEQ-QCA, municipalités, Communagir	x	x	x
	4.3 Créer une communauté de pratique pour les entraîneurs et intervenants du sport de haut niveau	2 à 4 rencontres annuellement	CSHNQ, Ville de Québec, ULAVAL, RSEQ-QCA et Alliance Sport-Études	x	x	x
ORIENTATION 5						
ASSURER LA DISPONIBILITÉ ET LA DIFFUSION DE L'INFORMATION RELATIVE À TOUTES LES RESSOURCES EN INTERVENTION ET EN DÉVELOPPEMENT DU SPORT						
AXE B DES RÔLES ET DES RESPONSABILITÉS À PARTAGER	5.1 Créer un portail web sport	Intégrer les informations (voir 1.5, 3.1, 5.2)	ULSCN, milieu associatif, milieu municipal, milieu scolaire	x	x	x
	5.2 Faire connaître les rôles et responsabilités des principaux partenaires	Produire et mettre à jour l'organigramme des structures sportives de la région et intégrer au portail web sport	ULSCN, UQTR	x	x	x
ORIENTATION 6						
AMÉLIORER LA CONCERTATION ET LA COLLABORATION ENTRE LES INTERVENANTS EN SPORT						
AXE B DES RÔLES ET DES RESPONSABILITÉS À PARTAGER	6.1 Préparer un cadre de référence sur les ententes entre le milieu scolaire, le milieu municipal, le milieu associatif et les services de garde	Utilisation maximale des infrastructures prises globalement et continuum des programmes d'activités et des interventions	Mobilisation régionale des saines habitudes de vie	x	x	x
	6.2 Tenir annuellement une rencontre des grands partenaires du développement du sport régional	Concertation sur les enjeux majeurs	ULSCN, Ville de Québec, RSEQ-QCA, CSHNQ, ULAVAL	x	x	x
	6.3 Réaliser des projets pilotes pour certaines disciplines favorisant le continuum de pratique entre les intervenants scolaires, municipaux et associatifs	Une discipline annuellement	ULSCN, associations régionales, villes et municipalités, RSEQ-QCA et écoles, ULAVAL	x	x	x
	6.4 Susciter et promouvoir la tenue de rencontres annuelles des intervenants d'une même discipline et interdisciplines	Détection proactive des besoins	ULSCN, associations régionales	x	x	x

AXES	ACTIONS PROPOSÉES	RÉSULTATS ATTENDUS	PARTENAIRES POTENTIELS	AN 1	AN 2	AN 3
ORIENTATION 7						
FAVORISER LA PARTICIPATION SPORTIVE SOUS TOUTES SES FORMES ET À TOUS SES NIVEAUX DE PRATIQUE						
AXE C UNE CULTURE DU SPORT À ENTREtenir ET À DÉVELOPPER	7.1 Consolider et/ou développer des activités d'initiation sportive	Développer des activités d'initiation sportive dans la saison hivernale et tout autre événement d'initiation	ULSCN, QEF, RSEQ-QCA, CSHNQ, municipalités et MRC, Direction régionale de la santé publique, Avenir d'enfants, Regroupement des CPE	x	x	x
	7.2 Planifier la réalisation d'un projet pilote régional s'adressant à toutes les clientèles	Évaluation prioritaire des projets potentiels actuels	ULSCN, FADOQ, Adaptavie, associations régionales, Olympiques Spéciaux, propriétaires d'infrastructures, QEF, ARLPH, etc.			x
	7.3 Développer un argumentaire sur les bienfaits du sport	Diffusion auprès du réseau politique	ULSCN et RURLS, QEF, Mobilisation régionale en SHV, CRÉ, Ville de Québec, UMQ		x	x
	7.4 Promouvoir les organismes et les actions favorisant l'accessibilité du sport	Intégration au portail	Accès Loisirs, Comité régional équipements, Adaptavie, Ville de Québec	x	x	x
	7.5 Appuyer la Ville de Québec dans la mise en place des sphères de développement sportif	Arrimage avec le développement régional du sport	ULSCN, Ville de Québec	x	x	x
ORIENTATION 8						
PROMOUVOIR LE SPORT ET SES VALEURS						
AXE C UNE CULTURE DU SPORT À ENTREtenir ET À DÉVELOPPER	8.1 Préparer des chroniques, des capsules, des reportages et des messages de promotion	Chroniques, capsules, publiereportages, etc.	ULSCN, médias, URLS, organisations sportives	x	x	x
	8.2 Préparer une campagne de promotion de l'éthique sportive	- Déployer le site web « L'éthique c'est logique » - Réaliser une campagne de promotion	ULSCN, médias, URLS, organisations sportives	x	x	x
ORIENTATION 9						
PROMOUVOIR L'IMPLICATION BÉNÉVOLE DANS TOUTES LES DIMENSIONS REQUISES PAR LE BON FONCTIONNEMENT DU SPORT						
AXE C UNE CULTURE DU SPORT À ENTREtenir ET À DÉVELOPPER	9.1 Faire le point sur l'avenir du bénévolat en sport	Organiser un rendez-vous régional de type forum portant sur « L'avenir du bénévolat en sport »	ULSCN, milieu associatif, Communagir, centres d'action bénévole, Centraide, UQTR, URLSCA		x	
ORIENTATION 10						
PROMOUVOIR LE DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL DANS TOUTES LES DIMENSIONS REQUISES PAR LE BON FONCTIONNEMENT DU SPORT						
AXE C UNE CULTURE DU SPORT À ENTREtenir ET À DÉVELOPPER	10.1 Revoir l'approche et la structure des services en formation des entraîneurs avec l'objectif d'en améliorer l'accessibilité	Accroître le nombre d'entraîneurs formés	QEF, ULSCN, SPORTSQUÉBEC, villes, milieu associatif, RSEQ-QCA, commissions scolaires	x	x	x
	10.2 Encourager la réalisation de stages collégiaux et universitaires en milieu sportif	Instaurer une collaboration avec un département par année sur 3 ans	ULSCN, universités, cégeps	x	x	x



9. CONCLUSION

Tout bien considéré, le sport et l'activité physique sont des vecteurs importants de la qualité de vie. Étant une véritable école de vie, le sport devrait être accessible de façon égale à la population. Le plan stratégique élaboré sous la responsabilité de l'ULSCN a permis de mettre en lumière les conditions gagnantes pour l'éclosion de la communauté sportive, et ce, par la concertation de partenaires, de représentants de clubs sportifs et de représentants de différentes municipalités et institutions scolaires.

L'ULSCN souhaite que la région adhère au slogan «**Le sport, c'est CAPITAL!**», ce qui signifie avoir du sport pour tous et adapté pour tous afin que le sport s'inscrive pour la vie chez les citoyens de la Capitale-Nationale.



BIBLIOGRAPHIE

Association canadienne des loisirs et parcs, *Le catalogue des bienfaits*, 1998, 246 pages.

Association canadienne des loisirs et des parcs, *Pour une meilleure collaboration entre le secteur des loisirs et le secteur des sports*, janvier 2013, 32 pages.

Association québécoise du loisir municipal, *Loisir, communauté locale et qualité de vie. Une politique du loisir au Québec*, 2000, 21 pages.

Association québécoise du loisir municipal et Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, *Le loisir public au Québec. Une vision moderne*, Presses de l'Université du Québec, 2001, 125 pages.

Brunelle, Jean-Pierre et Jean, *Susciter la passion pour les activités physiques et sportives*, Philia, 2012, 119 pages.

Centres canadiens multisports, *Développement à long terme de l'athlète*. Au Canada, le sport c'est pour la vie, 2010.

Conseil québécois du loisir, *Guide pour l'analyse de l'accessibilité au loisir*, 2007, 20 pages.

Diobri Gestion Marketing, *Analyse économique du système sportif fédéré québécois*, 26 octobre 2010, 128 pages.

Forum des politiques publiques, *La Politique canadienne du sport: vers une vision d'ensemble*, document de travail pour le Groupe de travail sur la participation du public, mai 2010.

Generali, *Guide du sport responsable*, 2009, 36 pages.

Gouvernement du Canada, *Politique canadienne du sport 2012*, juin 2012, 22 pages.

Imagine Canada, *Comprendre les capacités des organismes de sports et de loisirs*, 2005, 57 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, M.R.C. de Charlevoix, projet: «*Diversification des loisirs*» *Portrait Baie St-Paul*, octobre 2008, 72 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, M.R.C. de Charlevoix, projet: «*Diversification des loisirs*» *Portrait Ile aux Coudres*, octobre 2008, 52 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, M.R.C. de Charlevoix, projet: «*Diversification des loisirs*» *Portrait de Saint-Urbain*, octobre 2008, 53 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, M.R.C. de Charlevoix, projet: «*Diversification des loisirs*» *Portrait des Éboulements*, octobre 2008, 54 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, M.R.C. de Charlevoix, projet: «*Diversification des loisirs*» *Portrait Petite-Rivière-Saint-François*, octobre 2008, 52 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, M.R.C. de Charlevoix, projet: «*Diversification des loisirs*» *Portrait de Saint-Hilarion*, octobre 2008, 52 pages.

Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'UQTR, *Rapport de recherche: bénévoles nouveaux, approches nouvelles*, mai 2011, 63 pages.

Lefebvre, Sylvain, *Sports et villes. Enjeux économiques et socioculturels*, Presses de l'Université du Québec, Sainte-Foy, avril 2003, 241 pages.

Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, *Vision du Québec des sphères de la pratique sportive et programmes de soutien gouvernementaux*, Guy Thibault.

Ministère des Affaires municipales du Québec, *Cadre d'intervention gouvernementale en matière de loisir et de sport*, 1997, 28 pages.

M.R.C. de La Côte-de-Beaupré, *Planification stratégique de développement durable – Rapport de consultation publique*, novembre 2012.

M.R.C. de Charlevoix, *Plan d'action en loisir de la M.R.C. de Charlevoix*, 2010-2013.

Observatoire québécois du loisir, «*Les tendances qui interpellent l'offre de service en loisir. Pourquoi le statu quo est impossible*», André Thibault, *Bulletin*, volume 7, numéro 10, 2010.

Observatoire québécois du loisir, «*Petit guide de la concertation municipale-scolaire, 10 conditions gagnantes*», André Thibault, *Bulletin*, volume 7, numéro 6, 2009.

Observatoire québécois du loisir, «*L'organisation du loisir n'est plus adaptée au bénévolat moderne? Une urgence d'agir*», André Thibault, *Bulletin*, volume 7, numéro 2, 2009.

Observatoire québécois du loisir, «*Outils, connaissances et stratégies: les besoins des bénévoles et des professionnels*», Julie Fortier et David Leclerc, *Bulletin*, volume 6, numéro 11, 2009.

Observatoire québécois du loisir, «*Le besoin d'activités physiques interpelle la municipalité*», Diane Boudreault, *Bulletin*, volume 6, numéro 7, 2009.

Observatoire québécois du loisir, «*Les facteurs de succès dans le développement du loisir en milieu rural*», André Thibault et Pierre Morin, *Bulletin*, volume 6, numéro 2, 2008.

Observatoire québécois du loisir, «*Traiter avec des personnes âgées*», André Thibault, *Bulletin*, volume 3, numéro 15, 2006.

Observatoire québécois du loisir, «*Vieillesse de la population: menace ou opportunité*», André Thibault, *Bulletin*, volume 3, numéro 13, 2006.

Observatoire québécois du loisir, «*Quelques sources d'inspiration pour stimuler la pratique d'activités physiques*», Julie Beaumont, *Bulletin*, volume 4, numéro 5, 2006.

Observatoire québécois du loisir, «*La formation des bénévoles: adapter et innover pour motiver*», Sylvie Harvey, *Bulletin*, volume 1, numéro 16, 2004.

Observatoire québécois du loisir, «*Les espaces sportifs innovants: acteurs de l'animation sociale*», Guillaume Penel, Université du Littoral Côte d'Opale, *Bulletin*, volume 3, numéro 14, 2006.

Observatoire québécois du loisir, «*Pour que nos ados restent accros au sport*», Véronique Martin et Diane Le May, *Bulletin*, volume 1, numéro 13, 2004.

Service des activités sportives de l'Université Laval, *Mission et Plan stratégique du Service des activités sportives 2005-2010*, 2005, 22 pages.

Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire de la Ville de Québec, *Plan d'affaires 2012-2015*, décembre 2011.

Thibault, André, *Le loisir public et civil au Québec*, Presses de l'Université du Québec, 2008, 256 pages.

Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale, *Plan quinquennal 2012-2017*, novembre 2012, 40 pages.

Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale, *Rendez-vous régional loisir et sport, des échanges enrichissants*, novembre 2011.

Ville de Québec, *Politique en matière d'activités physiques, sportives et de plein air. Québec, la ville active par excellence*, 2004.

SIGLES ET AUTRES ABRÉVIATIONS

ARLPH: Association régionale de loisir pour personnes handicapées

CRÉ: Conférence régionale des élus

CSHNQ: Conseil du sport de haut niveau de Québec

Regroupement des CPE: Regroupement des centres de la petite enfance

FADOQ-RQCA: Fédération de l'Âge d'Or du Québec – régions de Québec et Chaudières

MELS: Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

MRC: Municipalité régionale de comté

HEC: Hautes Études Commerciales

QEF: Québec en Forme

RSEQ-QCA: Réseau du sport étudiant du Québec – Québec et Chaudière-Appalaches

RURLS: Regroupement des Unités régionales de loisir et de sport

SHV: Saines habitudes de vie

SSULaval: Service des sports de l'Université Laval

UQTR: Université du Québec à Trois-Rivières

UQAM: Université du Québec à Montréal

ULaval: Université Laval

UMQ: Union des municipalités du Québec

ULSCN: Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale

URLS: Unité régionale de loisir et de sport

URLSCA: Unité régionale de loisir et de sport de la Chaudière-Appalaches

Photographies

Vélo de montagne (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré) Couvert
Crédit: André-Olivier Lyra

Ski alpin (Massif de la Petite-Rivière-Saint-François, Charlevoix) Couvert
Crédit: Marc Archambault

Ski alpin (Massif de la Petite-Rivière-Saint-François, Charlevoix) p. 2
Crédit: Marc Archambault

Équitation (Rang Saint-Antoine, Saint-Irénée, Charlevoix-Est) p. 5
Crédit: Steve Deschênes

Jeux du Québec (Jeux du Québec – région de la Capitale-Nationale) p. 6
Crédit: ULSCN

Infrastructure (Stade de soccer Chauveau, Québec) p. 6
Crédit: Ville de Québec

Cheerleading p. 7
Crédit: RSEQ-CPA

Vélo de montagne (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré) p. 7
Crédit: André-Olivier Lyra

Golf (Golf Baie-Saint-Paul, Charlevoix) p. 10
Crédit: Tourisme Charlevoix

Jeux du Québec (Jeux du Québec – région de la Capitale-Nationale) p. 11
Crédit: ULSCN

Entraîneur p. 12
Crédit: RSEQ

Patinage de vitesse (Vincent Labrie) p. 13
Crédit: CSHNQ

Jeux du Québec (Jeux du Québec – région de la Capitale-Nationale) p. 14
Crédit: ULSCN

Vélo (Promenade Samuel-de-Champlain, Québec) p. 15
Crédit: Chantal Gagnon, Ville de Québec

Jeux du Québec (Jeux du Québec – région de la Capitale-Nationale) p. 17
Crédit: ULSCN

La Caravane – tennis p. 19
Crédit: ULSCN

Ski de fond (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré) p. 23
Crédit: Patrice Gagnon

Canot (Parc nationale de la Jacques-Cartier, La Jacques-Cartier) p. 24
Crédit: Steve Deschênes

Ski de fond (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré) Couvert
Crédit: Patrice Gagnon

Natation (Katerine Savard) Couvert
Crédit: CSHNQ

Ce projet est réalisé grâce à la participation financière de la Conférence régionale des élus de la Capitale-Nationale et du Forum jeunesse de la région de la Capitale-Nationale





DE LA CAPITALE-NATIONALE

**UNITÉ DE LOISIR ET DE SPORT DE LA
CAPITALE-NATIONALE**

info@ulscn.qc.ca www.ulscn.qc.ca

Soutenue et reconnue par

**Éducation,
Loisir et Sport**

Québec  



WARD

