

PLAN QUINQUENNAL 2012-2017

UNITÉ DE LOISIR ET DE SPORT
DE LA CAPITALE-NATIONALE

Passer à l'action!

- Passion
- Partage
- Collaboration
- Créativité
- Ouverture
- Accessibilité
- Respect
- Intégrité
- Reconnaissance
- Excellence
- Dépassement



Sincères remerciements à tous les intervenants qui ont pris part au Rendez-vous régional loisir et sport 2011 ainsi qu'à ceux et celles qui ont répondu aux différents sondages.

LE COMITÉ DE TRAVAIL

Mesdames Gaétane Deschênes
Manon Deschênes
Marie-Eve Therrien

Messieurs Paul-André Lavigne
Marc-André de la Garde

RÉDACTION

Madame Marie-Eve Therrien

RÉVISION LINGUISTIQUE

Mesdames Lynn Blanchet
Geneviève Lessard
Diane Roy
Pascale Savard

Monsieur Michaël Redmond

GRAPHISME

Madame Tanja Schiemann

DÉPÔTS LÉGAUX

ISBN 978-2-9812400-2-6 (version imprimée)
ISBN 978-2-9812400-3-3 (version pdf)
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2012
Bibliothèque et Archives Canada, 2012

Québec, 18 septembre 2012



C'est avec fierté que l'Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale présente ce nouveau Plan de développement quinquennal en loisir et en sport pour la région de la Capitale-Nationale. Une fois de plus, l'ULSCN a interpellé et écouté les différents intervenants de la région afin de bien cerner les enjeux et dégager des actions prioritaires. Lors de l'élaboration du dernier plan, un des objectifs pour l'ULSCN fut d'entreprendre une réorganisation de ses programmes et services afin de prioriser certaines actions et d'en abandonner d'autres. Cette démarche s'avérait essentielle afin de poser les assises nécessaires à l'ULSCN et poursuivre efficacement ses activités en fonction des budgets de fonctionnement actuellement disponibles.

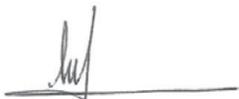
L'ULSCN a accompli cet important exercice. Ce dernier a même amené l'ULSCN à redéfinir ses fondements soit sa mission, sa vision, ses valeurs et son mode de fonctionnement interne. Les réflexions et décisions prises ont permis à l'ULSCN de voir l'avenir sous un nouveau jour. L'ULSCN a désormais une vision plus claire de ses priorités et de ses moyens d'intervention. Ce plan s'inscrit dans ce virage que souhaite prendre l'ULSCN. Il ne s'agit pas d'un virage à 180°, mais d'un réaligement de la voie à suivre pour répondre efficacement aux membres et jouer un rôle de premier plan pour le développement du loisir et du sport dans la région.

La grande diversité d'activités offertes, le nombre important d'intervenants, les différentes clientèles touchées et les nouvelles tendances en loisir et en sport dans la région et au Québec posent un défi de taille. Chaque organisation comporte sa propre structure, son niveau de développement, ses partenaires privilégiés ou à développer, ses ressources humaines, financières et matérielles ainsi que des défis à relever. L'ULSCN ne peut décidément pas, à elle seule, répondre à l'ensemble des besoins et régler toutes les problématiques. Toutefois, elle souhaite pousser plus loin les réflexions afin d'identifier des actions concrètes permettant de lever, de façon quasi-permanente, les freins au maintien et au développement des organisations en identifiant les acteurs clés pouvant contribuer à la réalisation de ces actions.

Dans cet esprit et par ce nouveau plan, l'ULSCN se donne le défi de « PASSER À L'ACTION ». Pour y parvenir, elle doit travailler de concert avec de multiples partenaires dont la Conférence régionale des élus de la région de la Capitale-Nationale. Ce plan est, pour une première fois, élaboré pour une période de 5 ans en concordance avec le Plan quinquennal de développement de la région. Certaines actions préconisées par l'ULSCN le sont également pour les partenaires régionaux et sont intégrées à ce second plan qui agira à tous les niveaux (santé, transport, développement social, immigration, etc.).

L'ULSCN, par les gens qui la constituent, est une organisation dynamique, rassembleuse et décidément tournée vers l'avenir. Je crois sincèrement que les orientations et les actions proposées dans ce plan permettront au loisir et au sport de la Capitale-Nationale de faire un pas de plus vers l'avant.

LE PRÉSIDENT,



Gilles Maheux

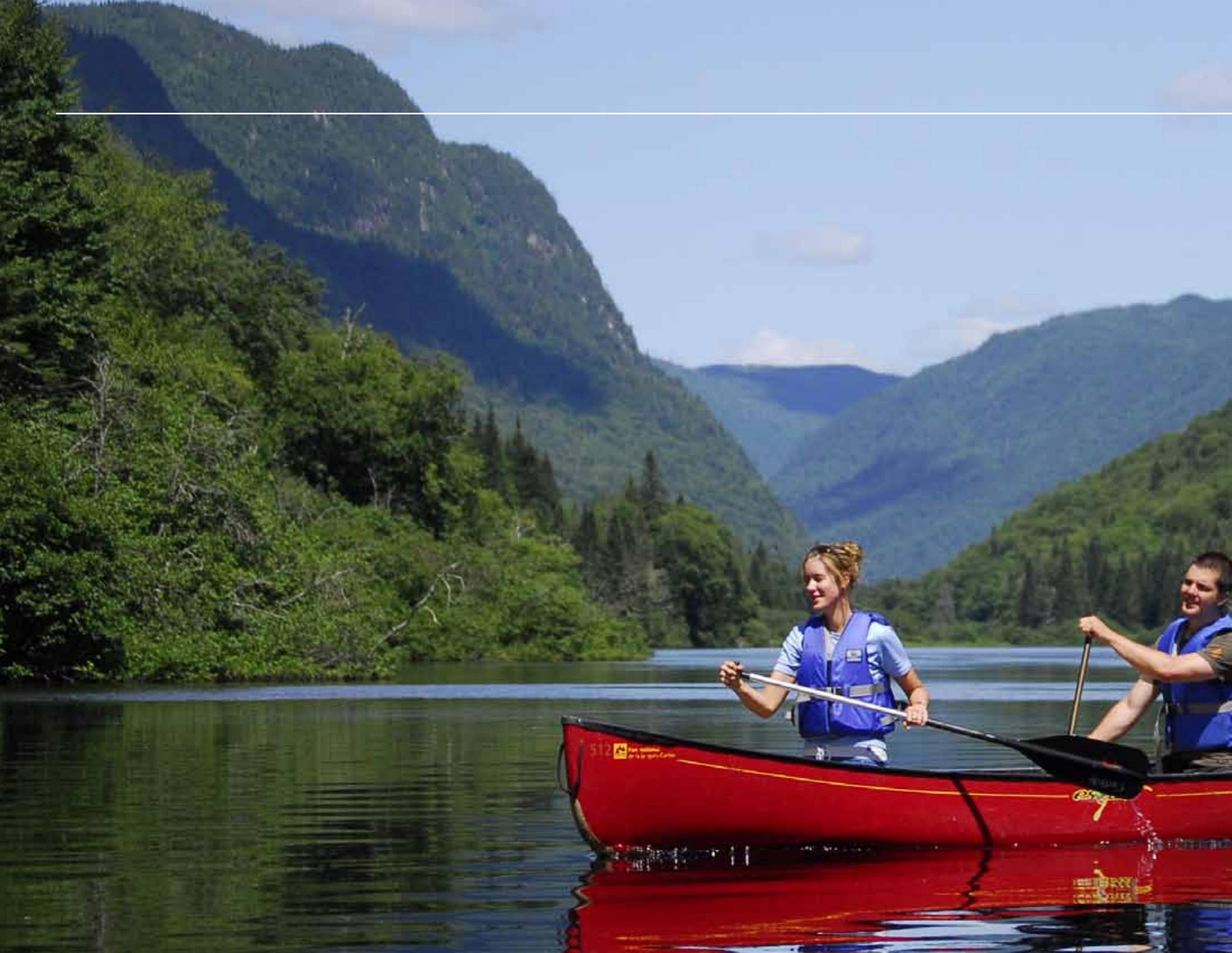


Table des matières

1. Contexte	04
2. Démarche	05
3. Fondements	06
3.1 Notre vision	06
3.2 Notre mission	07
3.3 Nos valeurs	07
4. Portrait de la région	08
4.1 La Capitale-Nationale	08
4.2 Le territoire	09
4.3 La population	09
5. Le loisir et le sport	10
5.1 Dans la région	10
5.2 L'organisation régionale	12
5.2.1 Milieu municipal	12
5.2.2 Milieu associatif	13
5.2.3 Milieu éducatif	14
5.3 Les tendances	15
5.4 Forces, défis et constats	16
6. Avenir et choix stratégiques	18
6.1 Forces et défis de l'ULSCN	18
6.2 Axes de développement et principaux objectifs	19
7. Conclusion	20
Annexe 1. Définitions	23
Annexe 2. Organisation du loisir et du sport au Québec	24
Annexe 3. Tableaux des dépenses en loisir et en culture	26
Annexe 4. Portrait statistique des commissions scolaires de la région de la Capitale-Nationale	30
Bibliographie	31
Plan d'action de l'ULSCN 2012-2017 pour la région de la Capitale-Nationale	32
Axe 1. Leadership	33
Axe 2. Ressources humaines	34
Axe 3. Financement	35
Axe 4. Réseautage et construction	36
Axe 5. Soutien aux organisations	37



1. Contexte

L'Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale (ULSCN) est l'organisme régional de loisir et de sport reconnu par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport à titre de partenaire. Il est responsable de la réalisation de la mission régionale en loisir et en sport pour la Capitale-Nationale.

À cet effet, l'ULSCN établit un plan de développement pluriannuel du loisir et du sport pour la région de la Capitale-Nationale. Ce plan de développement de quatrième génération est, cette fois-ci, élaboré pour une période de 5 ans. De plus, il est en concordance avec le Plan quinquennal de développement de la région de la Capitale-Nationale 2012-2017 élaboré par la Conférence régionale des élus de la Capitale-Nationale (CRECN).

Il a été réalisé en tenant compte des besoins exprimés par les intervenants actifs et impliqués dans le domaine du loisir et du sport de la région. Il a également pris en compte les orientations gouvernementales en matière de loisir et de sport, les axes de développement établis par la CRECN et les enjeux en loisir et en sport signifiés par les répondants régionaux des organismes nationaux de sport et de loisir.



2. Démarche

Le plan quinquennal a été élaboré sous la supervision d'un comité de travail du conseil d'administration composé de madame Gaétane Deschênes, de la Troupe Crescendo et de monsieur Marc-André de la Garde, président de l'Association régionale de gymnastique et coordonné par un groupe de travail composé de mesdames Manon Deschênes, agente de développement, de Marie-Eve Therrien, directrice générale de l'ULSCN et de monsieur Paul-André Lavigne, conseiller.

Dans un premier temps, un bilan du plan triennal 2009-2010-2011 a été effectué. Par la suite, l'ULSCN a réalisé, le 8 juin 2011, un Rendez-vous régional en loisir et en sport. Une centaine de représentants des milieux du loisir, du sport, municipal et de l'éducation de la région de la Capitale-Nationale ont participé à l'événement. Le succès de l'événement découle des échanges et discussions auxquels tous ont activement pris part. L'ULSCN est reparti avec un cahier de notes bien rempli et s'est assurée d'être à l'écoute des préoccupations mentionnées. Cette journée a permis de réfléchir, avec les intervenants du milieu, sur les enjeux régionaux qui détermineront les grandes lignes de ce Plan quinquennal de développement en loisir et en sport 2012-2017.

L'ULSCN a également bonifié sa consultation en transmettant, à ses partenaires régionaux, un sondage. Plus d'une cinquantaine de questionnaires furent complétés et retournés. De plus, un second questionnaire fut envoyé aux administrateurs et employé(e)s de l'ULSCN. Par la suite, une première version du plan quinquennal a été élaborée au cours de l'hiver 2012. Les administrateurs se sont prononcés sur cette proposition et l'ont bonifié lors d'une journée de travail tenue en mars 2012. Finalement, ils l'ont adoptée le 18 septembre 2012.

3. Fondements

3.1 Notre vision

L'ULSCN est un organisme reconnu, notamment par son milieu, qui assure le leadership d'une vision concertée et est le partenaire par excellence pour le développement du loisir et du sport.

Cette vision constitue la projection d'un idéal à atteindre. Cette représentation forte de l'avenir tient compte des faits, des espoirs, des rêves, des dangers et des possibilités. Elle représente un défi pour l'ULSCN et traduit les intentions et espoirs de l'organisation.



3.2 Notre mission

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.

L'ULSCN a remanié le libellé de sa mission. Trois éléments clés viennent bonifier, dynamiser et mettre en action la mission.

- L'ULSCN veut davantage **participer** au développement du loisir et du sport. Cette simple retouche positionne l'ULSCN comme étant un acteur actif, dynamique et engagé dans son milieu.
- L'ULSCN, résolument tournée vers l'avenir, veut être au fait des **tendances** et être proactive dans son milieu.
- L'ULSCN est soucieuse de la **qualité** de l'expérience de loisir et de sport que vit sa population. La qualité fixe un standard de performance en matière de loisir et de sport autant pour l'ULSCN que ses partenaires.

3.3 Nos valeurs

Pour cette nouvelle édition du plan de développement quinquennal, l'ULSCN a identifié les valeurs fondamentales qui orienteront et guideront ses interventions. Ces valeurs de référence seront les assises de l'ULSCN. Elle souhaite que celles-ci transcendent au niveau de ses actions.

PARTAGE ET COLLABORATION

Nous partageons et échangeons avec l'ensemble des intervenants en loisir et en sport du Québec. Nous travaillons dans un esprit de collaboration. Le réseautage, le partenariat et la concertation sont des fonctions importantes de notre intervention.

CRÉATIVITÉ ET OUVERTURE

Nous avons la capacité de créer, d'imaginer et d'innover. Nous osons prendre des risques, explorer et expérimenter. Notre organisation se transforme pour répondre aux besoins évolutifs et diversifiés du milieu. Nous sommes ouverts aux idées nouvelles et nous encourageons les initiatives et les projets novateurs.

ACCESSIBILITÉ

Le loisir est un droit reconnu pour tous et nous travaillons à diminuer les contraintes à sa pratique. Nous sommes près des acteurs, ouverts et sensibles. Nous avons toujours le souci de rendre accessible le loisir et le sport pour l'ensemble de notre population.

RESPECT ET INTÉGRITÉ

Nous respectons et prenons en considération tous les acteurs avec lesquels nous devons collaborer. Nous respectons le rythme de développement de nos organisations. L'éthique a un rôle prépondérant dans nos interventions. Nous agissons avec honnêteté.

RECONNAISSANCE

Nous témoignons de la reconnaissance et de la gratitude envers tous les acteurs qui s'investissent en loisir et en sport. Nous n'hésitons pas à saluer une performance, à marquer notre admiration pour une action que nous considérons bonne.

EXCELLENCE ET DÉPASSEMENT

Nous souhaitons atteindre un degré imminent de perfection dans tout ce que nous entreprenons. Nous avons le souci constant de la qualité. Nos actions nous amènent à nous dépasser et à aller plus loin. Nous voulons aller au-delà de certaines limites.

4. Portrait de la région

4.1 La Capitale-Nationale

La région de la Capitale-Nationale connaît depuis quelques années une nouvelle vitalité. Le portrait et le dynamisme de la région s'expriment à travers cet extrait du Plan quinquennal de développement de la région 2012-2017 produit par la CRECN :

« Les observateurs du tournant du siècle auraient eu peine à imaginer l'ampleur du virage réalisé dans la région de la Capitale-Nationale. Les autres régions tournent maintenant les yeux vers la Capitale-Nationale et constatent un dynamisme, une énergie et une vitalité nouvelle qui tranchent radicalement avec le climat antérieur.

Comment expliquer que la région redevient un pôle de développement actif et se détache d'une certaine image passéiste qui lui était souvent attribuée? Pour ce faire, il importe ici de remonter à plus loin que les cinq dernières années. Plusieurs facteurs concourent à ce renouveau. Rappelons l'importance du fait que les acteurs publics et privés ont appris à travailler davantage ensemble et à accepter l'idée que le développement ne se fait pas tout seul, qu'il découle plutôt pour une large part de leur capacité de ces mêmes acteurs à travailler en synergie de manière à lever les obstacles aux initiatives individuelles, corporatives et collectives. Le développement ne sera jamais affaire de génération spontanée.

Un certain nombre de gains sont ainsi directement tributaires de cette synergie, résultante d'une forte adhésion, de la capacité de concertation des acteurs et de la présence d'un leadership affirmé. Cette synergie s'est notamment traduite, au cours des cinq dernières années, par la conclusion de nombreuses ententes régionales impliquant les organismes locaux, régionaux et ministériels qui ont permis aux initiatives de prendre forme et de se déployer dans l'ensemble de la région.

(...) Il faut cependant souligner que la nouvelle donne est récente. La région a été tellement dépendante des pouvoirs publics pendant de nombreuses années que la diversification du développement constitue un changement culturel majeur à instaurer. Il faut encore maintenir les efforts pour multiplier les impacts favorables des projets structurants pour la région et rehausser la capacité de celle-ci à faire face aux conjonctures qui changent parfois brusquement. Bref, bien que des progrès majeurs aient été enregistrés, il ne faut pas oublier que des défis majeurs restent à relever.»¹



¹ Conférence régionale des élus de la Capitale-Nationale, Plan quinquennal de développement de la région de la Capitale-Nationale 2012-2017, juin 2012, page 6-8.

² <http://www.mamrot.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/region/03/>

³ http://www.stat.gouv.qc.ca/regions/profils/region_03/region_03_00.htm

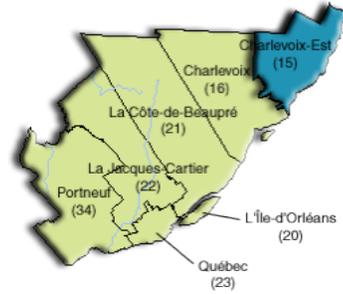
⁴ http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/dons_regnl/regional/RA_groupes_age_et_sexe.xls

⁵ http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/dons_regnl/regional/MRC_groupes_age_et_sexe.xls

4.2 Le territoire



La région de la Capitale-Nationale est localisée dans la partie centrale du Québec sur la rive nord du fleuve Saint-Laurent et s'étend d'est en ouest sur une distance de 350 km. Elle est délimitée au nord par la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean, à l'ouest par la Mauricie et à l'est par la Côte-Nord. Elle couvre une superficie de 18 639 km² en terre ferme et occupe au Québec le 10^e rang pour sa superficie.



La région de la Capitale-Nationale est composée de 59 municipalités et de 10 autres territoires incluant un territoire autochtone (Wendake)². Six MRC sont présentes dans la région, 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.

4.3 La population

Avec 701 204 habitants en 2011, elle est le principal pôle démographique du centre et de l'est de la province. Elle se situe au 3^e rang pour son nombre d'habitants³. Elle représente 9 % de la population totale du Québec et près de 80 % de la population de la région se regroupe dans l'agglomération de Québec.

Voici la répartition de la population en fonction des MRC de la région :

- MRC de l'Île d'Orléans : 6 993
- MRC de Charlevoix : 13 163
- MRC de Charlevoix-Est : 16 121
- MRC de La Côte-de-Beaupré : 25 163
- MRC de La Jacques-Cartier : 35 616
- MRC de Portneuf : 49 443
- Agglomération de Québec : 554 705

La moyenne d'âge de la population de la Capitale-Nationale a diminué au cours des 5 dernières années. L'âge moyen est de 42,3 ans⁴ et la région affiche la 5^e moyenne d'âge la plus élevée au Québec comparativement à la 4^e position, il y a de cela quelques années. Ainsi, les 50 à 54 ans constituent le groupe d'âge le plus important. La MRC de La Jacques-Cartier est celle où l'âge moyen de sa population est le plus bas de la région avec 36,1 ans. Les MRC de Charlevoix, Charlevoix-Est et l'Île d'Orléans affichent toujours les plus grandes concentrations de personnes âgées.⁵

L'Institut de la statistique du Québec a publié un document sur les perspectives démographiques des MRC du Québec, 2006-2031. Voici les variations prévues pour les MRC de la région :

- MRC de Charlevoix-Est : - 13,4 %
- MRC de l'Île d'Orléans : - 4,6 %
- MRC de Charlevoix : - 1,8 %
- Agglomération de Québec : 10,9 %
- MRC de Portneuf : 15,3 %
- MRC de La Jacques-Cartier : 24,4 %
- MRC de La Côte-de-Beaupré : 35 %

Selon ces données, les MRC de Charlevoix-Est, Charlevoix et l'Île d'Orléans entrevoient une chute démographique.

5. Le loisir et le sport

5.1 Dans la région



Vélo (Promenade Samuel-de-Champlain, Québec)

VITALITÉ DE LA VILLE DE QUÉBEC

La population est, de plus en plus, sensible au loisir et au sport et se mobilise autour de ses secteurs d'intervention. Le sport a, notamment, monopolisé beaucoup d'attention avec le projet de construction d'un nouvel amphithéâtre, le retour éventuel d'une équipe professionnelle de hockey (Les Nordiques), le Congrès Sport-Accord, la potentielle candidature de Québec pour les Jeux olympiques d'hiver, le Marathon des deux rives, etc. Au niveau du loisir, des événements à grand déploiement en plein air et gratuits pour tous tels que Les chemins invisibles du Cirque du Soleil et Le Moulin à images de Robert Lepage ont attiré une large clientèle touristique et ont été supportés par la Ville de Québec. Il s'agit de projets majeurs qui auront des incidences à court, moyen et long terme sur le développement du sport amateur et la pratique du loisir dans la région.

Dans cette foulée, les acteurs régionaux ne sont pas insensibles au secteur du loisir et du sport dans la mesure où ils sont des outils qui permettent d'atteindre des objectifs fixés, que ce soit au niveau des conditions de vie, de la qualité de vie, de l'apport économique au niveau touristique, de la santé et du bien-être, de l'intégration et de la participation sociale. Ainsi, les enjeux particuliers du loisir et du sport de même que le rôle que ceux-ci jouent dans le développement de la vitalité de notre milieu sont omniprésents, mais ne sont pas essentiels pour tous les acteurs.

⁶ http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/demograp/pdf2009/perspectives_demo_MRC.pdf

LES BIENFAITS DU LOISIR

La nature, la qualité et l'importance de la contribution du loisir au développement de notre territoire doit être davantage promu. Ne serait-ce parce que, par sa nature propre, le loisir et le sport contribuent :

- à la mobilisation des forces du milieu : il y a environ 500 000 bénévoles impliqués en loisir et en sport au Québec, on peut donc estimer à près de 30 000 le nombre de bénévoles impliqués dans la région;
- à l'apprentissage de la participation citoyenne : il y a 15 000 associations citoyennes au Québec, on peut donc estimer à près de 850 le nombre d'associations citoyennes dans la région;
- à l'attraction pour les nouveaux résidents;
- aux biens commun et collectif, notamment à la santé des personnes, à l'intégration des nouveaux arrivants et à l'éducation des jeunes;
- au sentiment d'appartenance des citoyens;
- à la création de lieux de rencontres et de partage;
- à la découverte du milieu.

La pratique d'activités de loisir et de sport joue un rôle majeur dans la vie quotidienne et dans celle des collectivités. Les bénéfices associés à la pratique d'activités de loisir et de sport sont nombreux et connus tous.

Le loisir organisé dans une société est de plus en plus considéré comme un indicateur fiable du niveau de qualité de vie qu'une collectivité peut offrir à ses citoyens. L'apport bénéfique du loisir dans la vie d'une communauté est en effet bien établi. Par exemple, le choix d'un lieu de résidence tient compte de l'existence d'équipements, d'installations et de services fonctionnels reliés aux activités récréatives et aux opportunités de loisir en général.

Le loisir est un facteur de construction des communautés et la région de la Capitale-Nationale n'y fait pas exception. Toutefois, pour que le loisir joue pleinement son rôle, cela requiert, à l'évidence, la présence de conditions politiques, organisationnelles, matérielles et humaines, et doivent faire l'objet de recommandations auprès des décideurs.

LA PRATIQUE

Uniquement au niveau du sport, il y a près de 85 000 personnes qui s'adonnent à une discipline sportive dans la région. Les activités sportives sont soutenues par 3 300 administrateurs, 6 000 entraîneurs et des milliers de bénévoles. Au niveau du loisir, il y a davantage de participants qu'en sport. Uniquement au niveau du plein air, une enquête réalisée par Léger Marketing⁷, à l'automne 2009, révélait que, dans la région de la Capitale-Nationale, 80 % des personnes âgées de 18 ans et plus aurait pratiqué une activité de plein air dans la région de la Capitale-Nationale dans un site ou un sentier aménagé à cette fin, et ce, au cours des 12 derniers mois soit environ 475 000 personnes.

⁷ LÉGER MARKETING, *Enquête sur les habitudes de pratique de la population de la région de la Capitale-Nationale pour certaines activités de plein air et l'utilisation de sentiers récréatifs*, Québec, 2009.

5.2 L'organisation régionale

Les activités de loisir et de sport dans la région de la Capitale-Nationale sont largement décentralisées et de multiples intervenants locaux, régionaux et nationaux y contribuent. (Annexe 2. Organisation du loisir et du sport au Québec, page 24)

Au niveau régional, l'ULSCN poursuit la mission du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) par l'entremise du Secteur du loisir et du sport (SLS). Trois autres organismes régionaux multidisciplinaires sont reconnus par l'ULSCN à titre de partenaire privilégié. Il s'agit de : l'Association régionale de loisir pour personnes handicapées de la Capitale-Nationale (ARLPHCN), le Réseau du sport étudiant de Québec et Chaudière-Appalaches (RSEQ-QCA) ainsi que la FADOQ - régions de Québec et Chaudière-Appalaches. Leurs missions sont en continuité avec celle de l'ULSCN et permettent de rejoindre une grande clientèle.

Le Service des activités sportives – PEPS de l'Université Laval constitue également un lieu privilégié de la pratique du sport et de l'activité physique depuis 1970. Depuis quelques années, le PEPS se transforme en Super PEPS et ajoute, aux installations actuelles, quatre plateaux majeurs qui propulseront le centre sportif de l'Université Laval au rang des complexes les plus modernes au Québec et même au Canada. Le Service prévoit aussi la création d'un centre régional d'entraînement pour le sport de haut niveau. De plus, le PEPS de demain définit sa vision comme suit :

«Le PEPS, un centre sportif de calibre international et un actif majeur pour la grande région de Québec, la Ville de Québec et l'Université Laval, largement ouvert sur la communauté régionale et grand promoteur du «sport pour tous»⁸.

L'Agence de santé publique et Québec en Forme ont également changé les dynamiques régionales et mobilisé les intervenants autour des saines habitudes de vie.

Les autres multiples partenaires engagés proviennent des milieux associatif, municipal, de l'éducation, de la santé ou du privé. Ils jouent des rôles clés dans l'offre de service faite à la population de la Capitale-Nationale.

5.2.1 Milieu municipal

Les municipalités de la région jouent un rôle prépondérant au niveau du loisir et du sport. Leur niveau d'intervention et d'implication varient d'une municipalité à l'autre. En moyenne, pour les MRC, le pourcentage des budgets municipaux pour le service de loisir est de 10,89 %. Ce qui situe la région un peu plus au-dessus de la moyenne provinciale d'environ 8 %. Il y a, tout de même, 17 municipalités qui ont des budgets «loisir» qui totalisent moins de 8 % du budget global de la municipalité. Toutefois, le Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire de la Ville de Québec a un budget opérationnel d'environ 4,5 millions \$⁹ par année et ce, sans compter les budgets des différentes divisions et les infrastructures. Le budget 2012 de la Ville de Québec pour le développement culturel, touristique, sportif et social est de 79,3 millions \$¹⁰ ce qui représente une augmentation comparativement à l'exercice financier 2011. Ce montant représente environ 6 % du budget global de la Ville de Québec.

⁸ http://www.peps.ulaval.ca/multimedia/projet_dagrandissement/index.html

⁹ Ville de Québec, Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire, *Plan d'affaires 2012-2015*, décembre 2011

¹⁰ http://www.ville.quebec.qc.ca/apropos/vie_democratique/administration/budget/docs/budget2012.pdf

Parmi les 59 municipalités¹¹ qui composent le territoire de la région, un peu plus de 50 % d'entre elles ont un service des loisirs comptant au moins un employé. Pour certaines municipalités, l'intervention en loisir se fait par un comité de loisir formé de bénévoles et d'autres n'ont aucune structure de loisir d'identifiée. Une nouveauté intéressante fut constatée dans la MRC de Charlevoix. Un poste d'agent de développement en loisir pour le territoire de la MRC fut créé et les municipalités bénéficient désormais de ses services.

La ville de Québec regroupe le plus important nombre de travailleurs en loisir et en sport de la région. Elle compte sur un Service de la culture et un Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire et regroupe six Divisions de la culture, du loisir et de la vie communautaire. Il faut également souligner, dans la région, la présence de la base des Forces canadiennes (BFC) Valcartier, aussi appelée Garnison Valcartier. Elle est située à Saint-Gabriel-de-Valcartier immédiatement au nord-ouest de la ville de Québec et possède un service des loisirs qui emploient plusieurs travailleurs en loisir. Elle possède également des infrastructures de loisir et de sport qui desservent, en premier lieu, la clientèle militaire. Par contre, depuis quelques années, le Service des loisirs de la Garnison Valcartier s'implique dans le milieu, participe aux activités de concertation et s'ouvre à de nouvelles clientèles civiles. Au total, la région compte environ 165 travailleurs en loisir en milieu municipal.

Les municipalités sont souvent les propriétaires des infrastructures de loisir et de sport. La ville de Québec a, tant qu'à elle, fait, au cours des 3-4 dernières années, des investissements majeurs au niveau des infrastructures de loisir et de sport de la région : arénas, terrains de soccer, centres communautaires, piscines, etc. Uniquement en sport, elle compte plus de 1 000 infrastructures¹².

5.2.2 Milieu associatif

Dans la région, il y a une soixantaine de disciplines sportives actives et 32 d'entre elles ont une association régionale. En loisir, il y a 45 organisations ayant une ressource régionale. Celles-ci interviennent en loisir dans 6 secteurs différents : culturel, scientifique, plein air, touristique, socio-éducatif et multidisciplinaires.

Essentiellement, la réalisation des actions de ces organisations régionales repose sur le travail d'une multitude d'organisations locales et sur le travail de milliers de bénévoles. Ces organisations requièrent l'implication de bénévoles administrateurs au sein de leur conseil d'administration ainsi qu'un nombre important de bénévoles pour l'organisation d'événements, de compétitions et d'activités ponctuelles diverses. De plus, 75 % des 6 000 entraîneurs de la région sont bénévoles alors qu'en loisir les intervenants sont davantage rémunérés.

Les bénévoles sont nombreux dans la région mais cette ressource demeure rare et exigeante. L'action bénévole qui supporte la vie associative en loisir et en sport n'a pas d'âge ni de sexe. Toutefois, les hommes sont plus susceptibles de réaliser leur bénévolat au sein de comités de travail, de conseils d'administration et dans le domaine du sport et du loisir.¹³ En 2007, Statistiques Canada a mené une enquête sur le don, le bénévolat et la participation à travers le territoire canadien¹⁴. Cette étude révèle que plus de 37 % de la population âgée de 15 ans et plus fait du bénévolat au Québec. La moyenne annuelle d'heures consacrées aux activités bénévoles est de 162 heures. Selon cette enquête, les bénévoles canadiens œuvrent principalement au sein d'organismes de sport et de loisir, d'organismes de services sociaux, d'organismes voués à l'éducation et à la recherche et d'organismes religieux. Ces données ne sont cependant pas disponibles par province et région administrative.

¹¹ <http://www.mamrot.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/region/03/>

¹² http://www.ville.quebec.qc.ca/apropos/vie_democratique/administration/budget/docs/budget2012.pdf

¹³ <http://www.cabquebec.org/index.php/laction-benevole--fiches-dinformation>, L'action bénévole 101, *Portrait actuel de l'action bénévole*.

¹⁴ Statistiques Canada – Enquête canadienne de 2007 sur le don, le bénévolat et la participation - http://www.benevolat.gouv.qc.ca/action_benevole/Statistiques/

5.2.3 Milieu éducatif

Dans la région de la Capitale-Nationale, il y a 6 commissions scolaires qui regroupent 202 établissements d'enseignement. C'est plus de 79 000 étudiants¹⁵ qui fréquentent les écoles publiques de la région principalement aux niveaux primaire et secondaire. Au niveau des écoles privées, il y a 25 établissements¹⁶ préscolaire, primaire et secondaire qui accueillent 12 836 étudiants¹⁷.



Science (Boîte à science)

De plus, la région regroupe 4 cégeps qui accueillent 17 616 étudiants et 4 collèges privés. Au niveau de l'enseignement supérieur, l'École nationale d'administration publique reçoit près de 600 étudiants¹⁸ et l'Université Laval compte parmi les grandes universités canadiennes et regroupe 44 000 étudiants¹⁹.

La région compte également sur 4 écoles secondaires²⁰ ayant le programme sport-études : Cardinal-Roy, La Seigneurie, la Polyvalente de Charlesbourg et le Séminaire Saint-François. Ces dernières regroupent annuellement environ 500 élèves-athlètes qui performant dans une vingtaine de disciplines différentes.

Les écoles sont, elles aussi, propriétaires de plateaux et d'infrastructures de loisir et de sport. Au cours des dernières années, il y a notamment eu des investissements majeurs pour la construction de nouvelles infrastructures sportives grâce au partenariat entre les secteurs municipal et scolaire : le Super PEPS de l'Université Laval, l'école secondaire Saint-Jean-Eudes et le Petit Séminaire de Québec en sont quelques exemples.

Dans la région, les écoles secondaires comptent sur environ 32 responsables de la vie étudiante, 17 intervenants en loisir, 23 intervenants en sport et 5 intervenants en loisir et en sport. Près de 50 % d'entre eux ont une formation en technique de loisirs, 20 % possède un baccalauréat en Loisir, culture et tourisme et 30 % ne possède pas de formation pertinente en loisir.²¹

¹⁵ http://www.fcsq.qc.ca/RepertoireCS/Internet/RepertoireCsSommaire.asp?ID_Region=3

¹⁶ http://www.alphazero.net/dmz/feep/files/repertoire2011_web.pdf

¹⁷ http://www.annuairefeep.com/recherche_feep.cfm

¹⁸ http://enap.ca/enap/docs/L_Universite/Documents_officiels/Profil_Institutionnel_ENAP_2012_BR.pdf

¹⁹ <http://www2.ulaval.ca/notre-universite/l-universite-laval-en-bref.html>

²⁰ <http://www.mels.gouv.qc.ca/loisirSport/sportEtudes/index.asp?page=liste>

²¹ Unité régionale de loisir et de sport de Québec, *Portrait des services d'animation de vie scolaire des écoles secondaires de la Capitale-Nationale*, Québec, décembre 2008.

5.3 Les tendances

De grandes tendances sont observées et ont des incidences sur l'intervention en loisir et en sport dans la région. Voici un aperçu des principales tendances ainsi que des défis qu'elles supposent :

LES TENDANCES	LES DÉFIS
Le vieillissement de la population	<ul style="list-style-type: none"> • Une programmation enrichie des clubs des aînés • Une disponibilité des gymnases en journée • Un recrutement des personnes âgées comme bénévoles • Une clientèle potentielle des fédérations sportives ou autres
Les familles éclatées	<ul style="list-style-type: none"> • La nécessité d'une conciliation travail-loisir-famille • La mise en place d'activités de loisir parents-enfants • Des activités adaptées à la situation des familles (programmation aux 15 jours, en journée, etc.)
La globalisation du loisir	<ul style="list-style-type: none"> • L'approche clientèle et non par domaine d'intervention • L'élargissement du réseautage
L'émergence de la pratique libre	<ul style="list-style-type: none"> • L'affectation des équipements • L'animation de la pratique libre • L'aménagement approprié des équipements
Le loisir, une expérience plus qu'une activité	<ul style="list-style-type: none"> • Une programmation appropriée • Un aménagement convivial • Une reconnaissance et un soutien aux initiatives
Les champs d'activités privilégiés : plein air – activité physique – loisir électronique	<ul style="list-style-type: none"> • Une programmation à la fine pointe (connaissance des besoins et des contraintes) • Un aménagement approprié • Une utilisation accrue des médias sociaux • Un rôle à jouer pour le milieu rural
Le bénévole, rare et exigeant	<ul style="list-style-type: none"> • La connaissance des besoins des personnes bénévoles et un meilleur ajustement aux diverses tendances générationnelles • La clarification des tâches confiées • La création de milieux de travail intéressants • La connaissance des réseaux
Le loisir, outil de développement social	<ul style="list-style-type: none"> • L'accessibilité au loisir • La création d'un milieu de vie propice à l'apprentissage et à l'expression de la participation citoyenne • L'intégration de la dimension sociale au sein des structures de loisir
Le loisir, facteur d'attraction	<ul style="list-style-type: none"> • Une sensibilisation des politiciens au pouvoir d'attraction du loisir • Une place prépondérante du loisir dans l'aménagement du territoire • Le loisir sur la place publique

5.4 Forces, défis et constats



Jeux du Québec (Jeux du Québec – région de la Capitale-Nationale)

Au cours de l'année, l'ULSCN a procédé à l'analyse des renseignements recueillis lors du Rendez-vous régional en loisir et sport 2011 ainsi qu'aux résultats du sondage transmis aux organisations membres de l'ULSCN. Pour le sondage, en plus des 6 employés de l'ULSCN, il y a eu 53 autres répondants. Le taux de réponse est d'environ 23 %. Il n'y a eu aucun rappel d'effectué, il s'agissait d'un sondage anonyme.

ANALYSE

Puisque les questions étaient ouvertes, de grands thèmes furent identifiés afin de classer les réponses et de les classer par ordre d'importance. L'analyse de ces questions peut se faire de différentes façons. Le regroupement de certains thèmes (en gras) permet une lecture différente.

FORCES

- Infrastructures: 37 %
- **Bénévolat: 25 %**
- Expertise des intervenants: 20 %
- Diversité de l'offre: 18 %
- **Organisation des OBNL: 17 %**
- Principaux acteurs qui soutiennent le loisir et le sport: RSEQ, ARLPH, CSHN, FADOQ, réseau municipal, réseau scolaire, Québec en Forme, patros: 17 %
- Concertation, liens entre les partenaires: 15 %

Ainsi, en regroupant les thématiques «Bénévolat» et «OBNL», deux champs indissociables, on obtient un pourcentage de 42 %, ce qui constitue la principale force de la région au niveau du loisir et du sport, selon les répondants.

DÉFIS

- Infrastructures et lieux de pratique: 32 %
- Adaptation de l'offre aux réalités des clientèles et des tendances: 29 %
- **Bénévolat: 24 %**
- Financement: 24 %
- Liens entre les milieux scolaire et municipal: 20 %
- **Intervenants: 20 %**
- Accessibilité: 18 %
- Concertation, réseautage, travail conjoint: 15 %

En regroupant, à nouveau, les thématiques «Bénévolat» et «Intervenants», deux champs en lien avec les ressources humaines régionales, on obtient un pourcentage de 44 %, ce qui constitue le principal défi de la région au niveau du loisir et du sport, selon les répondants. Par ailleurs, si on regroupe «Liens entre les milieux scolaire et municipal» et «Concertation, réseautage, travail conjoint», on obtient un pourcentage de 35 %. Ainsi, un autre important défi est de «travailler ensemble».

CONSTATS

- Les principales forces sont aussi des défis à relever notamment au niveau du bénévolat et des infrastructures.
- Il faut porter une attention particulière aux ressources humaines et aux organisations bénévoles.
- «Travailler ensemble» est une force à préserver et à améliorer.
- D'importantes questions se posent à l'égard des infrastructures: Avons-nous un portrait des infrastructures? Répondent-elles aux besoins des disciplines? Est-ce différent dans les MRC?



6. Avenir et choix stratégiques

6.1 Forces et défis de l'ULSCN

La démarche d'élaboration du Plan quinquennal régional en loisir et en sport suppose également un processus de planification stratégique pour l'ULSCN. Cette démarche permet de déterminer les objectifs à atteindre et la manière de les réaliser²². Une analyse de l'environnement général est la première étape de cette démarche, par la suite, une analyse des éléments internes de l'ULSCN se doit d'être réalisée. Ainsi, l'ULSCN a procédé à une évaluation des principaux éléments internes. Un sondage fut également transmis aux employés et administrateurs de l'ULSCN. Il y a eu un total de 19 répondants sur une possibilité de 22 soit un taux de réponse de 86 %. Aucun rappel ne fut réalisé, car il s'agissait d'un sondage anonyme.

²² Pierre G. Bergeron, *La gestion dynamique, Concepts, méthodes et applications*, 1995, gaëtan morin, Boucherville, page 198.

ANALYSE

Puisque c'était des questions ouvertes, de grands thèmes furent identifiés en fonction des réponses. Par la suite, chaque réponse fut classée en fonction d'un ou plusieurs thèmes. Finalement, il fut possible de classer par ordre d'importance chacun des thèmes. De cette analyse, se dégagent les forces et les défis de l'ULSCN.

FORCES

- Ressources humaines professionnelles: 79 %
- Réseau de contacts: 32 %
- Conseil d'administration: 26 %
- Soutien aux membres: 21 %

DÉFIS

- Reconnaissance, notoriété: 58 %
- Revenus autonomes: 42 %
- Travail en partenariat: 32 %

Les principales forces de l'ULSCN, selon les répondants, sont ses ressources humaines et son réseau de contacts. Ses défis se situent, quant à eux, au niveau de la reconnaissance et de la notoriété à acquérir ainsi qu'au niveau des revenus qui doivent être diversifiés. Les répondants souhaitent également que l'ULSCN soit dans 10 ans:

- un organisme non seulement connu mais reconnu dont la notoriété et le leadership sont manifestent;
- un organisme qui assure la concertation régionale en loisir et en sport mais qui va au-delà de la concertation;
- un organisme qui travaille en étroite collaboration avec les organismes du milieu et qui les mobilisent;
- un organisme qui a des moyens financiers et des ressources additionnelles afin de soutenir davantage le milieu du loisir et du sport de la région.

6.2 Axes de développement et principaux objectifs

Cette analyse a permis à l'ULSCN de développer 5 axes de développement desquels découlent les principaux objectifs pour l'ULSCN pour 2012-2017. Ces objectifs se déclinent en actions et en résultats attendus à l'intérieur du plan d'action.

LEADERSHIP

- Devenir la référence reconnue du loisir et du sport dans la région
- Positionner stratégiquement le loisir et le sport dans les différents dossiers d'intérêt régionaux
- Assurer une présence accrue dans le milieu

RESSOURCES HUMAINES

- Partager l'expertise entre les organisations
- Assurer le transfert des connaissances
- Valoriser et promouvoir le bénévolat

FINANCEMENT

- Diversifier le portefeuille de revenus
- Développer une philosophie entrepreneuriale
- Augmenter le pourcentage d'autofinancement de l'organisme

RÉSEAUTAGE ET CONCERTATION

- Renforcer la concertation régionale au niveau des dossiers loisir et sport régionaux
- Susciter et améliorer le réseautage des principaux intervenants en loisir et en sport dans la région

SOUTIEN AUX ORGANISATIONS

- Répondre aux besoins des organismes membres
- Outiller les intervenants de loisir et de sport de la région
- Assurer une qualité au niveau des services offerts

7. Conclusion

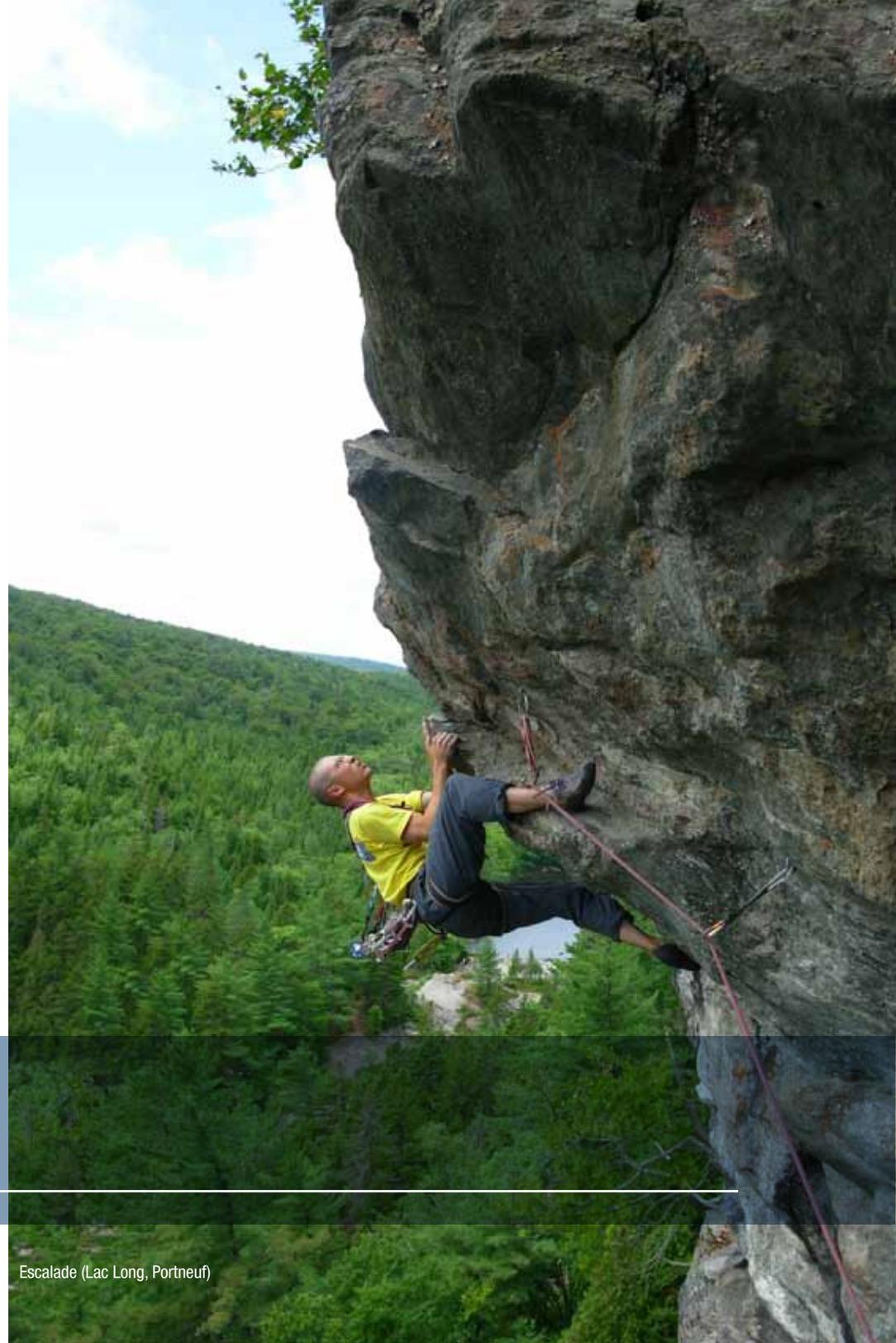


Cet exercice découle d'un processus de repositionnement stratégique amorcé par l'ULSCN en 2009. L'organisation fut appelée à faire des choix et à préciser son intervention afin d'être la plus efficiente possible. Il est primordial pour l'ULSCN de connaître ses forces et ses défis internes mais également d'être à l'affût de son environnement et du contexte dans lequel interviennent les multiples acteurs du loisir et du sport de la région. Ce nouveau plan présente un portrait actualisé de la situation du loisir et du sport au niveau de la région. Il traduit les priorités d'intervention mais également la façon d'atteindre les objectifs fixés.

L'ULSCN espère ainsi répondre du mieux qu'elle peut à ses membres afin que TOUS ENSEMBLE nous permettions à la population de la région de la Capitale-Nationale d'avoir accès à une pratique de loisir et de sport de qualité.



Annexe



Escalade (Lac Long, Portneuf)

ANNEXE 1 : DÉFINITIONS

Pour bien saisir la portée des interventions envisagées, l'ULSCN retient les définitions suivantes pour le loisir et le sport :

«Le loisir se définit comme l'ensemble des comportements choisis et à valeur hédoniste auxquels une personne, à titre individuel ou en groupe affinitaire (communauté de pratique), peut s'intéresser ou s'adonner dans son temps libre, avec les ressources dont elle dispose, en rapport avec les gratifications qu'elle en attend. Le loisir peut être associé à de multiples épithètes ou expressions qui en précisent le contexte, le contenu ou les finalités. On utilise à cette fin des expressions telles que loisir culturel, de plein air, éducatif, scientifique, municipal, sportif, thérapeutique, touristique ou sport récréatif, étudiant, d'élite, commercial, de masse et autres.

Le sport se définit comme 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 à des fins récréatives, soit en visée d'excellence conduisant potentiellement aux plus hauts honneurs à titre amateur ou au spectacle à titre professionnel.

Plusieurs activités de loisir intègrent également dans leur pratique les notions d'activité physique, de performance, de compétition, de régie ainsi qu'un continuum pouvant mener de l'initiation à l'excellence, soit à des fins récréatives, soit en visée d'excellence à titre amateur ou de formation de la relève professionnelle.»²³

²² Déclaration commune (Association québécoise du loisir municipal, Regroupement des Unités de loisir et de sport du Québec, Conseil québécois du loisir, Sports-Québec), *Ensemble pour un Québec dynamique et en santé*, juillet 2012.

NIVEAU NATIONAL

TOURISME	TRANSPORT, AFFAIRES MUNICIPALES, RÉGIONS ET OCCUPATION DU TERRITOIRE	SANTÉ ET AÎNÉS	CULTURE
UNION DES MUNICIPALITÉS DU QUÉBEC	ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DU LOISIR MUNICIPAL	FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES MUNICIPALITÉS	QUÉBEC EN FORME
ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES ARÉNAS ET DES INSTALLATIONS RÉCRÉATIVES ET SPORTIVES	CORPORATION SECONDAIRE EN SPECTACLE	RÉSEAU DU SPORT ÉTUDIANT	FÉDÉRATIONS SPORTIVES (66) ET DE LOISIR (45)

NIVEAU RÉGIONAL

OFFICE DU TOURISME ET ASSOCIATION TOURISTIQUE DE CHARLEVOIX	CONFÉRENCE RÉGIONALE DES ÉLUS / FORUM JEUNESSE	BUREAU DE LA CAPITALE-NATIONALE
RÉSEAU DU SPORT ÉTUDIANT QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES	ASSOCIATIONS RÉGIONALES SPORTIVES (32) ET DE LOISIR (45)	UNITÉ DE LOISIR ET
FADOQ- QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES	CONSEIL DU SPORT DE HAUT NIVEAU	QUÉBEC EN FORME
		FONDATEURS (14)

NIVEAU LOCAL ET SUPRA-LOCAL

COMMUNAUTÉ MÉTROPOLITAINE DE QUÉBEC	MUNICIPALITÉS RÉGIONALES DE COMTÉ (6)	MUNICIPALITÉS (59)
REGROUPEMENTS QUÉBEC EN FORME (13)	CENTRE DE SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX (4)	CÉGEPS (11)
ENTREPRISES PRIVÉES	CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE (4)	MAISONS DES JEUNES (56)
		POINTS DE SERVICE ACCÈS-LOISIR (11)

LES CITOYENS

NIVEAU NATIONAL

ÉDUCATION, LOISIR ET SPORT		ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR, RECHERCHE, SCIENCE ET TECHNOLOGIE	RESSOURCES NATURELLES	DÉVELOPPEMENT DURABLE, ENVIRONNEMENT, FAUNE ET PARCS
SPORTS-QUÉBEC	CONSEIL QUÉBÉCOIS DU LOISIR	FÉDÉRATION DES COMMISSIONS SCOLAIRES, CÉGEPS, UNIVERSITÉS		ASSOCIATION DES RESPONSABLES AQUATIQUES DU QUÉBEC
OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DU LOISIR		ALLIANCE SPORT-ÉTUDE	SEPAQ	INSTITUT NATIONAL DU SPORT

NIVEAU RÉGIONAL

DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE / KINO-QUÉBEC	UNIVERSITÉ	TABLES : ÉDUCATION, AÎNÉS ET DES PRÉFETS	CONSEIL DE LA CULTURE
---	-------------------	---	------------------------------

DE SPORT DE LA CAPITALE-NATIONALE

ASSOCIATION RÉGIONALE DU LOISIR POUR PERSONNES HANDICAPÉES

GALA VICTORIS	ACCÈS-LOISIRS	REGROUPEMENT DES CENTRES COMMUNAUTAIRES	COMMISSION RESSOURCES NATURELLES ET TERRITOIRE
----------------------	----------------------	--	---

NIVEAU LOCAL ET SUPRA-LOCAL

CLUBS SPORTIFS (358)	ORGANISATIONS DE LOISIR (500)		
COMMISSIONS SCOLAIRES (6)	CENTRES COMMUNAUTAIRES (11)	CENTRES LOCAUX DE DÉVELOPPEMENT (7)	
SPORT-ÉTUDES (4 ÉCOLES / 20 DISCIPLINES)		ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT PRIMAIRE (158) ET SECONDAIRE (46)	

LES CITOYENS



Dépenses en loisir et en culture

Source: SIGNAUX
2007

Golf (Golf Baie-Saint-Paul, Charlevoix)

CHARLEVOIX

MUNICIPALITÉ	POPULATION	DÉPENSES	% DU BUDGET	COMPARATIF RÉGION	ÉCART	COMPARATIF PROVINCE	ÉCART2
Baie-Saint-Paul	7 365	2 254 718 \$	24,90 %	18,80 %	4,10 %	15,10 %	7,20 %
Iles-aux-Coudres	1 304	385 806 \$	16,80 %	11 %	-1,40 %	9,60 %	0,90 %
Les Éboulements	1 254	42 922 \$	2,90 %	10 %	-7,20 %	8,50 %	-5,60 %
Petite-Rivière-Saint-François	725	206 980 \$	8,90 %	8,30 %	1,30 %	7,10 %	3,20 %
Saint-Hilarion	1 153	36 989 \$	3,90 %	10 %	-6,10 %	8,50 %	-4,50 %
Saint-Joseph-de-la-Rive	193	4 560 \$	0,30 %	4,60 %	-4,30 %	4,80 %	-4,50 %
Saint-Urbain	1 481	60 894 \$	7,70 %	10,90 %	-3,20 %	8,40 %	-0,80 %
Total 2007	13 475						
2011	13 163						

CHARLEVOIX-EST

MUNICIPALITÉ	POPULATION	DÉPENSES	% DU BUDGET	COMPARATIF RÉGION	ÉCART	COMPARATIF PROVINCE	ÉCART2
Baie-Sainte-Catherine	730	184 069 \$	10,20 %	8,90 %	1,30 %	7 %	3,20 %
Clermont	3 082	528 720 \$	20,20 %	12,50 %	7,70 %	13,50 %	6,70 %
La Malbaie	9 254	1 222 102 \$	11,80 %	16,80 %	-5 %	13,70 %	-1,90 %
Notre-Dame-des-Monts	853	11 399 \$	2,70 %	8,90 %	-6,30 %	7 %	-4,40 %
Saint-Aimé-des-Lacs	986	15 468 \$	2,50 %	8,90 %	-6,50 %	7 %	-4,60 %
Saint-Irénée	665	9 072 \$	1,10 %	8,90 %	-7,80 %	7 %	-5,90 %
Saint-Siméon	1 443	217 450 \$	18,70 %	10,60 %	8,10 %	8,50 %	10,20 %
Total 2007	17 013						
2011	16 121						

ÎLE D'ORLÉANS

MUNICIPALITÉ	POPULATION	DÉPENSES	% DU BUDGET	COMPARATIF RÉGION	ÉCART	COMPARATIF PROVINCE	ÉCART2
Saint-François-de-l'Île-d'Orléans	516	40 693 \$	10,50 %	8,90 %	1,60 %	7 %	3,50 %
Saint-Jean-de-l'Île-d'Orléans	893	79 725 \$	10,60 %	8,90 %	1,70 %	7 %	3,60 %
Saint-Laurent-de-l'Île-d'Orléans	1 613	151 489 \$	15,20 %	10,40 %	4,80 %	10 %	5,20 %
Saint-Pierre-de-l'Île-d'Orléans	1 925	81 422 \$	9,40 %	10,40 %	-1,10 %	10 %	-0,70 %
Sainte-Famille-l'Île-d'Orléans	883	105 880 \$	20,30 %	8,90 %	11,30 %	7 %	13,20 %
Sainte-Pétronille-l'Île-d'Orléans	1 069	64 568 \$	10 %	10,90 %	-0,90 %	8,40 %	1,50 %
Total 2007	6 899						
2011	6 993						

LA CÔTE-DE-BEAUPRÉ

MUNICIPALITÉ	POPULATION	DÉPENSES	% DU BUDGET	COMPARATIF RÉGION	ÉCART	COMPARATIF PROVINCE	ÉCART2
Beaupré	2 861	444 873 \$	9,90 %	11,60 %	-1,70 %	11,60 %	-1,80 %
Boischatel	4 600	451 228 \$	10,50 %	12,70 %	-2,30 %	13,90 %	-3,40 %
Château-Richer	3 533	203 170 \$	8,20 %	12,50 %	-4,30 %	13,50 %	-5,30 %
L'Ange-Gardien	2 906	145 076 \$	6,90 %	11,60 %	-4,70 %	11,60 %	-4,70 %
Saint-Ferréol-les-Neiges	2 300	316 681 \$	10,50 %	11,60 %	-1,10 %	11,60 %	-1,10 %
Saint-Joachim	1 476	73 567 \$	7,10 %	10,90 %	-3,80 %	8,40 %	-1,40 %
Saint-Tite-des-Caps	1 468	84 753 \$	8,10 %	10,90 %	-2,80 %	8,40 %	-0,40 %
Sainte-Anne-de-Beaupré	2 851	193 475 \$	7 %	11,60 %	-4,60 %	11,60 %	-4,70 %
Total 2007	21 995						
2011	25 163						

LA JACQUES-CARTIER

MUNICIPALITÉ	POPULATION	DÉPENSES	% DU BUDGET	COMPARATIF RÉGION	ÉCART	COMPARATIF PROVINCE	ÉCART2
Fossambault-sur-le-Lac	1 119	282 038 \$	16,40 %	10,90 %	5,50 %	8,40 %	7,90 %
Lac-Beauport	5 788	886 956 \$	15 %	16,80 %	-1,80 %	13,70 %	1,30 %
Lac-Delage	456	29 653 \$	6,50 %	6,60 %	-0,10 %	5,40 %	1 %
Lac-Saint-Joseph	167	45 434 \$	8,90 %	6,60 %	2,30 %	5,40 %	3,50 %
Saint-Gabriel-de-Valcartier	2 439	434 286 \$	20,70 %	11,60 %	9,10 %	11,60 %	9,10 %
Sainte-Brigitte-de-Laval	3 555	308 190 \$	10,70 %	12,50 %	-1,80 %	13,50 %	-2,80 %
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier	4 883	680 910 \$	16,80 %	12,70 %	4 %	13,90 %	2,90 %
Shannon	3 879	202 081 \$	8,40 %	12,50 %	-4,10 %	13,50 %	-5,10 %
Stoneham & Tewkesbury	5 513	519 620 \$	11,40 %	16,80 %	-5,50 %	13,70 %	-2,40 %
Total 2007	27 799						
2011	35 616						

PORTNEUF

MUNICIPALITÉ	POPULATION	DÉPENSES	% DU BUDGET	COMPARATIF RÉGION	ÉCART	COMPARATIF PROVINCE	ÉCART2
Cap-Santé	2 620	119 258 \$	7 %	11,60 %	-4,60 %	11,60 %	-4,60 %
Deschambault-Grondines	2 023	337 824 \$	10,90 %	12 %	-1,20 %	11,70 %	-0,80 %
Donnacona	5 605	1 078 186 \$	19,50 %	16,80 %	2,70 %	13,70 %	5,80 %
Lac-Sergent	259	32 160 \$	7,80 %	6,60 %	1,20 %	5,40 %	2,40 %
Neuville	3 536	392 570 \$	15,60 %	12,50 %	3,10 %	13,50 %	2,10 %
Notre-Dame-de-Portneuf	1 681	76 956 \$	6,50 %	9,10 %	-2,50 %	10 %	-3,50 %
Pont-Rouge	7 373	1 486 521 \$	28,60 %	16,80 %	11,70 %	13,70 %	14,80 %
Portneuf	3 166	298 424 \$	11,70 %	12,80 %	-1,10 %	13,50 %	-1,90 %
Rivière-à-Pierre	690	46 379 \$	7,30 %	8,90 %	-1,70 %	7 %	0,20 %
Saint-Alban	1 157	62 610 \$	8,40 %	10,90 %	-2,50 %	8,40 %	-0,10 %
Saint-Basile	2 621	258 126 \$	11,80 %	11,60 %	0,20 %	11,60 %	0,10 %
Saint-Casimir	1 559	133 904 \$	9,20 %	10,50 %	-1,30 %	10 %	-0,80 %
Saint-Gilbert	301	21 686 \$	10,70 %	6,60 %	4,10 %	5,40 %	5,30 %
Saint-Léonard-de-Portneuf	1 013	112 944 \$	13,50 %	10,90 %	2,60 %	8,40 %	5,10 %
Saint-Marc-des-Carrières	2 980	467 389 \$	19,50 %	11,60 %	8 %	11,60 %	7,90 %
Saint-Raymond	9 116	1 225 308 \$	16,50 %	16,80 %	-0,40 %	13,70 %	2,70 %
Saint-Thuribe	323	3 541 \$	1,50 %	6,60 %	-5,10 %	5,40 %	-3,90 %
Saint-Ubalde	1 469	367 508 \$	22,60 %	10,90 %	11,70 %	8,40 %	14,20 %
Sainte-Christine-d'Auvergne	357	32 327 \$	8 %	6,60 %	1,40 %	5,40 %	2,60 %
Total 2007	47 849						
2011	49 443						

SOURCES :

Institut de la statistique du Québec : http://www.stat.gouv.qc.ca/regions/profils/region_03/region_03_00.htm

SIGNAUX : <http://signaux.qc.ca/>

Portrait statistique des commissions scolaires de la région de la Capitale-Nationale



Randonnée pédestre (Sentier Le Scotora, La Jacques-Cartier)

	Clientèle scolaire				Nombre d'établissements d'enseignement				Budget
	Préscolaire et primaire	Secondaire	Adulte	Formation professionnelle	Écoles préscolaire et primaire	École secondaire	Centre d'éducation des adultes	Centre de formation professionnelle	
									270 372 370 \$
De la Capitale	12 747	8 322	2 000	3 000	50	12	2	8	38 029 880 \$
Central Quebec	N/A	N/A	N/A	N/A	7	3	1	1	59 531 983 \$
De Charlevoix	1 669	1 205	-	-	15	3	1	1	131 882 588 \$
Des Découvreurs	6 493	4 395	6 074	-	26	5	3	2	48 536 549 \$
De Portneuf	3 895	2 745	300	250	18	5	1	-	223 761 580 \$
Premières-Seigneuries	14 849	8 205	800	2 000	36	8	3	3	772 114 950 \$
SOUS-TOTAL	39 653	24 872	9 174	5 250	152	36	11	15	-
TOTAL	78 949				214				

BIBLIOGRAPHIE

- Association québécoise du loisir municipal, *Loisir, communauté locale et qualité de la vie - Une politique du loisir au Québec*, Québec, 2000, p.8.
- Conférence régionale des élus de la Capitale-Nationale, *Plan quinquennal de développement de la région de la Capitale-Nationale 2012-2017*, juin 2012, page 6-8.
- Déclaration commune (Association québécoise du loisir municipal, Regroupement des Unités de loisir et de sport du Québec, Conseil québécois du loisir, Sports-Québec), *Ensemble pour un Québec dynamique et en santé*, juillet 2012.
- Kino-Québec (1999), *Quantité d'activité requise pour en retirer des bénéfices pour la santé. Avis du Comité scientifique de Kino-Québec*.
- LÉGER MARKETING, *Enquête sur les habitudes de pratique de la population de la région de la Capitale-Nationale pour certaines activités de plein air et l'utilisation de sentiers récréatifs*, Québec, 2009.
- Pierre G. Bergeron, *La gestion dynamique, Concepts, méthodes et applications*, 1995, gaëtan morin, Boucherville, page 198.
- Statistiques Canada – *Enquête canadienne de 2007 sur le don, le bénévolat et la participation* - http://www.benevolat.gouv.qc.ca/action_benevole/Statistiques/
- Thibault, André, *Les tendances qui interpellent l'offre de service en loisir Pourquoi le statu quo est impossible*, Observatoire québécois du loisir, volume 7, numéro 10, 2010, page 3.
- Unité régionale de loisir et de sport de Québec, *Portrait des services d'animation de vie scolaire des écoles secondaire de la Capitale-Nationale*, Québec, décembre 2008.
- Ville de Québec, *Service des loisirs, des sports et de la vie communautaire, Plan d'affaires 2012-2015*, décembre 2011

http://enap.ca/enap/docs/L_Universite/Documents_officiels/Profil_Institutionnel_ENAP_2012_BR.pdf

<http://signaux.qc.ca/>

http://www.alphazero.net/dmz/feep/files/repertoire2011_web.pdf

http://www.annuairefeep.com/recherche_feep.cfm

<http://www.cabquebec.org/index.php/publications>, L'action bénévole 101, Portrait actuel de l'action bénévole et Le profil et les attentes des bénévoles selon leur groupe d'âge.

http://www.fcsq.qc.ca/RepertoireCS/Internet/RepertoireCsSommaire.asp?ID_Region=3

<http://www.loisirquebec.com>

http://www.mamrot.gouv.qc.ca/pub/occupation_territoire/strategie_occupation.pdf

<http://www.mamrot.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/region/03/>

<http://www.mels.gouv.qc.ca/loisirSport/sportEtudes/index.asp?page=liste>

http://www.mrnf.gouv.qc.ca/publications/faune/statistiques/capitale_nationale.pdf

http://www.peps.ulaval.ca/multimedia/projet_dagrandissement/index.html

http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/dons_regnl/regional/index.htm#ra

http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/dons_regnl/regional/MRC_groupes_age_et_sexe.xls

http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/dons_regnl/regional/RA_groupes_age_et_sexe.xls

http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/demograp/pdf2009/perspectives_demo_MRC.pdf

http://www.stat.gouv.qc.ca/regions/profils/region_03/region_03_00.htm

http://www.ville.quebec.qc.ca/apropos/vie_democratique/administration/budget/docs/budget2012.pdf

<http://www2.ulaval.ca/notre-universite/l-universite-laval-en-bref.html>



PLAN D'ACTION DE L'ULSCN 2012-2017 POUR LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE

Motoneige (Sentier 320, Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré)

Axe 1. Leadership

- OBJECTIFS**
- Devenir la référence reconnue du loisir et du sport dans la région
 - Positionner stratégiquement le loisir et le sport dans les différents dossiers d'intérêt régionaux
 - Assurer une présence accrue dans le milieu

Actions	Résultats attendus	ANNÉE DE RÉALISATION				
		2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017
1.1 Élaborer et adopter un plan de développement régional en loisir et en sport	Définir, adopter et s'approprier une vision, une mission et des valeurs	x				
	Diffuser et partager la vision et le plan de développement avec les partenaires			En continu		
	Élaborer un plan d'action pour 5 ans	x				
	Évaluer l'atteinte des résultats et réviser annuellement le plan d'action		x	x	x	x
1.2 Développer un argumentaire de positionnement stratégique du loisir et du sport	Connaître les actualités, tendances et enjeux du loisir et du sport dans la région			En continu		
	Élaborer un argumentaire	x	x			
	Assurer une représentativité du loisir et du sport dans les différents portraits et plans régionaux			En continu		
1.3 Faire de la représentation sur différentes Tables de concertation régionales	Identifier annuellement les Tables de concertation préconisées			En continu		
	Identifier les représentants dûment autorisés et compétents pour chacune des Tables			En continu		
	Fixer les objectifs attendus en lien avec les représentations réalisées			En continu		
	Assurer le transfert d'information de la représentation à ces Tables auprès de nos membres, des employés et des administrateurs			En continu		
1.4 Mettre le loisir et le sport à l'agenda politique et régional	Établir des liens plus étroits auprès des instances et des décideurs politiques			En continu		
	Diffuser et partager l'argumentaire de positionnement stratégique avec les élus régionaux, les membres et le grand public			En continu		
	Rédiger et présenter des mémoires dans le cadre de consultations publiques sur des sujets d'intérêt			En continu		
	Prendre position publique sur les enjeux régionaux de loisir et de sport			En continu		

Axe 2. Ressources humaines

- OBJECTIFS**
- Partager l'expertise entre les organisations
 - Assurer le transfert des connaissances
 - Valoriser et promouvoir le bénévolat

Actions	Résultats attendus	ANNÉE DE RÉALISATION				
		2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017
2.1 Élaborer un projet de «rassemblement» d'information et développer des outils/trousses pour nos membres	Rendre disponible sur Internet plusieurs trousse/ outils afin d'orienter et aider les membres et partenaires			X	X	X
	Mettre à jour et bonifier la boîte à outils pour les administrateurs et bénévoles.		X			
	Devenir une source de référence pour tous les organismes de la région en loisir et en sport «L'A-B-C du loisir et du sport»				X	X
	Assurer l'intégration de normes et de guides de référence dans l'application Parc-o-mètre			En continu		
2.2 Rechercher des expertises acquises par certaines organisations et les partager aux autres organismes	Diffuser sur Internet les expertises et les faire connaître			X	X	X
	Organiser de courts rendez-vous du genre «déjeuners-causeries» sur diverses thématiques afin d'assurer un transfert de connaissance, des opportunités d'échanges et du réseautage	X	X		X	
	Organiser un second Rendez-vous régional en loisir et en sport					X
2.3 Créer une banque de ressources spécialisées pouvant répondre aux besoins de nos membres	Créer des ententes afin de rendre disponible des ressources spécialisées pour les membres : communication et graphisme, aménagement des espaces et de l'équipement récréatif, gestion des ressources humaines, organisation d'événements spéciaux, soutiens administratif, légal et financier, étude et planification, programmation, etc.			En continu		
2.4 Travailler plus étroitement avec le Centre d'action bénévole de Québec pour le recrutement, la recherche et la formation des bénévoles.	Organiser un atelier lors du Congrès 2012 de l'AQLM en partenariat avec le CABQ pour faire connaître les différents outils de recherche de bénévoles disponibles	X				
	Ajouter les membres de l'ULSCN au bottin 211		X	X	X	X
	Assurer le recrutement, la formation et la rétention des bénévoles en loisir et en sport en partenariat avec le CABQ			En continu		
2.5 Poursuivre la coordination et la promotion régionale du Programme national de certification des entraîneurs	Offrir annuellement des formations pour les entraîneurs			En continu		
	Promouvoir l'importance de la formation des entraîneurs			En continu		
2.6 Promouvoir et bonifier le Prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin au niveau régional	Faire connaître davantage le Prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin au niveau régional			En continu		
	Augmenter le nombre de mises en candidatures			En continu		
	Développer un réseautage au niveau de nos organismes membres ainsi qu'auprès du CABQ		X	X	X	X



Peinture (Festival Rêves d'automne, Baie-Saint-Paul, Charlevoix)



Plaisirs d'hiver (Cité Joie, Lac-Beauport, La Jacques-Cartier)

Axe 3. Financement

- OBJECTIFS**
- Diversifier le portefeuille de revenus
 - Développer une philosophie entrepreneuriale
 - Augmenter le pourcentage d'autofinancement de l'organisme

Actions	Résultats attendus	ANNÉE DE RÉALISATION				
		2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017
3.1 Poursuivre la signature d'entente avec des partenaires spécifiques à certains dossiers dont:	Plan stratégique de consolidation et de développement des voies récréatives de la région				En continu	
	Plan stratégique de développement en matière de sport pour la région				En continu	
	Table de concertation des véhicules hors routes	X				
	Programmes : Jeux du Québec, Secondaire en spectacle, La Caravane, etc.				En continu	
3.2 Être à l'affût des nouvelles opportunités et sources de financement potentielles afin d'assurer la mission de l'ULSCN	Rechercher, explorer et créer de nouvelles stratégies de financement				En continu	
	Engager une firme pour le démarchage en commandites et le développement des affaires		X	X	X	X
3.3 Rechercher des occasions de financement à l'intérieur des activités régulières et/ou spéciales	Développer la vente de produits connexes à travers les différents programmes et/ou activités spéciales				En continu	
	Développer une offre de services professionnels		X	X	X	X
	Engager une firme pour la recherche et le développement de produits		X	X	X	X



Vélo de montagne (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré)



Parc intergénérationnel (Parc Bon-Pasteur, Québec)



Équitation (Rang St-Antoine, Saint-Irénée, Charlevoix-Est)

Axe 4. Réseautage et concertation

- OBJECTIFS**
- Renforcer la concertation au niveau des dossiers régionaux en loisir et en sport
 - Susciter et améliorer le réseautage des principaux intervenants en loisir et en sport dans la région

Actions	Résultats attendus	ANNÉE DE RÉALISATION				
		2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017
4.1 Renforcer les liens avec le milieu municipal et les MRC	Informier et présenter le Plan quinquennal de développement de l'ULSCN et tous les autres plans stratégiques aux directeurs des MRC et directeurs des loisirs de la région	x			En continu	
	Réaliser des rencontres avec les maires, les directeurs des MRC et les services de loisir des municipalités de la région	x				x
	Soutenir professionnellement, au besoin, certaines initiatives municipales et/ou de MRC				En continu	
	Collaborer, s'il y a lieu, avec une ville hôte de la région, à la tenue de la Conférence annuelle de l'Association québécoise du loisir municipale et du Regroupement des Unités régionales de loisir et de sport				x	
4.2 Poursuivre la création et la coordination de Tables de concertation par MRC	Coordonner, au besoin, et participer aux différentes Tables de concertation des directeurs de loisir des MRC de la région				En continu	
4.3 Renforcer les liens avec le milieu de l'éducation : commissions scolaires, écoles primaires/secondaires, CEGEP et université	Accueillir le Rendez-vous panquébécois de Secondaire en spectacle		x			x
	Développer et coordonner de nouveaux volets en loisir culturel notamment « Jeunes journalistes » et l'improvisation				En continu	
	Poursuivre la représentation de l'ULSCN au comité de gestion de l'entente spécifique sur la persévérance scolaire dans la région de la Capitale-Nationale	x	x	x		
	Soutenir et accompagner la firme Écobes dans la présentation des résultats sur l'étude : activités parascolaires et persévérance scolaire	x	x			

Axe 5. Soutien aux organisations

- OBJECTIFS**
- Répondre aux besoins des organismes membres
 - Outiller les intervenants de loisir et de sport de la région
 - Assurer une qualité au niveau des services offerts

Actions	Résultats attendus	ANNÉE DE RÉALISATION				
		2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017
5.1 Élaborer et mettre en œuvre des planifications stratégiques spécifiques à certains dossiers régionaux et travailler de concert avec des partenaires régionaux	Mettre en œuvre les actions prévues dans le Plan stratégique de consolidation et de développement des voies récréatives de la région				En continu	
	Élaborer le Plan stratégique de développement en matière de sport pour la région et mettre en œuvre les actions				En continu	
	Élaborer d'autres planifications stratégiques en fonction des besoins				En continu	
5.2 Élaborer, en collaboration avec les municipalités, l'inventaire des infrastructures de loisir sur le territoire et les intégrer dans Parc-o-mètre	Réaliser des portraits régionaux au niveau des infrastructures de loisir				En continu	
	Assurer le développement de l'application Parc-o-mètre et son déploiement aux niveaux régional et provincial				En continu	
5.3 Développer des services spécifiques au milieu rural et au milieu urbain	Connaître les besoins des milieux et être à l'affût des projets et/ou services spécifiques pouvant émerger				En continu	
	Collaborer avec les partenaires régionaux à des projets loisir et sport - ex : projet équipements Accès-Loisirs Québec				En continu	
5.4 Soutenir et travailler en partenariat avec des associations régionales ayant une mission particulière en loisir et en sport et répondant à certains mandats confiés par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport dont :	Association régionale de loisir pour personnes handicapées de la région de la Capitale-Nationale				En continu	
	RSEQ-Québec et Chaudières-Appalaches				En continu	
	FADOQ-Québec-Chaudières-Appalaches				En continu	
	Accès-Loisirs Québec				En continu	
5.5 Coordonner et/ou développer différents programmes de soutien financier ayant comme objectif le soutien aux organismes de loisir et de sport	Coordonner le programme d'aide financière aux manifestations culturelles de la jeune relève amateur				En continu	
	Saisir les opportunités permettant de soutenir financièrement les organismes de loisir et de sport de la région				En continu	
5.6 Coordonner efficacement les programmes et services de l'ULSCN	S'assurer d'un taux de satisfaction élevé auprès de nos membres et partenaires pour tous les programmes et services coordonnés par l'ULSCN				En continu	
	Ajuster nos programmes et services en fonction des besoins des membres et partenaires				En continu	
	Communiquer et transmettre l'information aux membres et partenaires sur nos programmes et services				En continu	
	Jeux du Québec : Maintenir le nombre de participants et conserver le drapeau de la meilleure région aux Finales des Jeux du Québec				En continu	
	Mes premiers Jeux : Assurer le financement et poursuivre les activités en partenariat avec la Ville de Québec et les associations. Être à l'affût des possibilités de développement du programme.				En continu	
	La Caravane : Assurer le financement et poursuivre les activités en partenariat avec les municipalités et clubs sportifs de la région. Explorer des pistes de développement aux niveaux culturel, de plein air, etc.				En continu	
	Secondaire en spectacle : Augmenter le nombre d'écoles participantes et développer l'offre en loisir culturel au niveau scolaire				En continu	



Raquette (Parc national de la Jacques-Cartier, La Jacques-Cartier)

PHOTOGRAPHIES

- Secondaire en spectacle (Secondaire en spectacle – région de la Capitale-Nationale).... Couvert
CRÉDIT : CHRISTIAN SAVARD
- Canot (Parc national de la Jacques-Cartier, La Jacques-Cartier)..... p. 02
CRÉDIT : STEVE DESCHÈNES
- La Caravane - tennis..... p. 04
CRÉDIT : ULSCN
- Ornithologie (Oies blanches à Cap-Tourmente, Côte-de-Beaupré)..... p. 05
CRÉDIT : LUC-ANTOINE COUTURIER
- Infrastructure (Stade de soccer Chauveau, Québec)..... p. 06
CRÉDIT : VILLE DE QUÉBEC
- Ski alpin (Massif de la Petite-Rivière-Saint-François, Charlevoix)..... p. 08
CRÉDIT : MARC ARCHAMBAULT
- Vélo (Promenade Samuel-de-Champlain, Québec)..... p. 10
CRÉDIT : CHANTAL GAGNON, VILLE DE QUÉBEC
- Science (Boîte à science)..... p. 14
CRÉDIT : BOÎTE À SCIENCE
- Jeux du Québec (Jeux du Québec – région de la Capitale-Nationale)..... p. 16
CRÉDIT : ULSCN
- Ski de fond (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré)..... p. 18
CRÉDIT : PATRICE GAGNON
- École de cirque de Québec..... p. 20
CRÉDIT : DAVID CANNON
- Escalade (Lac Long, Portneuf)..... p. 22
CRÉDIT : FANNY BORDAGE
- Golf (Golf Baie-Saint-Paul, Charlevoix)..... p. 26
CRÉDIT : TOURISME CHARLEVOIX
- Randonnée pédestre (Sentier Le Scotora, La Jacques-Cartier)..... p. 30
CRÉDIT : STEVE DESCHÈNES
- Motoneige (Sentier 320, Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré)..... p. 32
CRÉDIT : DANIEL LAROQUE
- Peinture (Festival Rêves d'automne, Baie-Saint-Paul, Charlevoix)..... p. 35
CRÉDIT : ANNIE BOLDUC
- Plaisirs d'hiver (Cité Joie, Lac-Beauport, La Jacques-Cartier)..... p. 35
CRÉDIT : CITÉ JOIE
- Vélo de montagne (Mont-Sainte-Anne, Côte-de-Beaupré)..... p. 36
CRÉDIT : ANDRÉ-OLIVIER LYRA
- Parc intergénérationnel (Parc Bon-Pasteur, Québec)..... p. 36
CRÉDIT : VILLE DE QUÉBEC
- Équitation (Rang St-Antoine, Saint-Irénée, Charlevoix-Est)..... p. 36
CRÉDIT : STEVE DESCHÈNES
- Raquette (Parc national de la Jacques-Cartier, La Jacques-Cartier)..... p. 38
CRÉDIT : BERTRAND LEMEUNIER

