



***Comment se réappropriier  
l'espace urbain l'hiver en y  
favorisant des activités  
sociales, récréatives et  
culturelles riches  
et diversifiées?***



***Quel est VOTRE plus beau souvenir d'activité physique extérieure en hiver?***



***Promouvoir un mode de vie  
physiquement actif pour  
contribuer au mieux-être de la  
population québécoise***



- ... cible des clientèles et des milieux particuliers;**
- ... a un réseau d'intervenants en région;**
- ... s'appuie sur des organismes partenaires (relayeurs);**
- ... cherche à créer des environnements favorables à la pratique d'activités physiques.**



- ... produit des *outils* et les rend disponibles;
- ... éclaire la démarche des partenaires en documentant la pratique d'activités physiques (avis de son comité scientifique);
- ... exploite des expériences locales à succès en les redéployant à l'échelle nationale;
- ... mène des activités de communication.

# Contexte

- *Les Québécois sont moins actifs l'hiver.*
- *Plaisir sur glace (2000) - Patinage - Une activité populaire, simple et peu coûteuse, qui fait partie de notre culture.*
- *Plaisirs d'hiver (2006) - Promouvoir des activités simples, peu coûteuses, accessibles et que l'on peut pratiquer près de chez soi (glissade, marche, hockey bottine, raquette, ski de fond, etc.).*

PLAISIRS  
D'HIVER



# Objectifs

- Promouvoir et favoriser la pratique *régulière* d'activités physiques *hivernales* (raquette, ski de fond, glissade, patinage, marche, etc.).
- Mettre en valeur *l'hiver* en l'associant au *plaisir ...*
- *Augmenter* les occasions de pratique :
  - en organisant *des événements spéciaux*;
  - en créant des installations *sécuritaires*;
  - en proposant *des horaires souples*.
- *Mettre en valeur et maximiser l'utilisation des sites et des installations de plein air.*

Accessibilité

PLAISIRS  
D'HIVER



# Résultats

- Très grande participation des municipalités et de leurs partenaires.
- Aménagements agréables, animés et accessibles.



PLAISIRS  
D'HIVER



# Résultats

*En 2006 :*

- *915 municipalités, arrondissements et écoles ont participé en organisant diverses activités.*

*En 2011:*

- *1 400 milieux participants ont mis en place des activités gratuites ou peu coûteuses.*



PLAISIRS  
D'HIVER



# Résultats

*Plusieurs commentaires favorables :*

- *Favorise un meilleur achalandage.*
- *Fait connaître les installations et incite les gens à sortir.*
- *Donne aux familles des occasions de pratiquer des activités physiques hivernales.*



PLAISIRS  
D'HIVER



## *Participation de plusieurs organismes*

**Miser sur le partenariat**

**Municipalités, écoles, organismes locaux, clubs sportifs locaux, commerçants, entreprises privées, fédérations, parcs nature, etc.**





# Exemples de réalisation

## Roberval

- Anneau de glace
- Sentier de 1 km
- 3 patinoires
- Minigolf sur glace
- Prêt de patins



PLAISIRS  
D'HIVER



## Exemples de réalisation

### Portneuf-sur-Mer

- Baseball en raquette
- Marche communautaire
- Chasse aux trésors
- Patinage sous les étoiles
- Olympiades pour les enfants
- Disco sur glace
- *Workout* extérieur
- Etc.



PLAISIRS  
D'HIVER



## Exemples de réalisation

### Shawinigan

- Raquette
- Ski de fond
- Patinage
- Glissade sur tubes

Gratuits tout l'hiver

- 50 entrées gratuites au Parc national de la Mauricie ont été distribuées



PLAISIRS  
D'HIVER



## Exemples de réalisation

- Prêt de raquettes
- Patinage animé, musique d'ambiance
- Glissade
- Tournois divers
- Démonstration
- Défi de participation
- Sortie scolaire
- Collecte de patins
- Etc.



PLAISIRS  
D'HIVER



## Soutien offert

- Affiches, banderoles, affichettes, cartes
- Dépliants municipal et scolaire
- Objets promotionnels : raquettes
- Placements dans les médias régionaux
- Page Facebook : Plaisirs d'hiver
  - Permettre à chaque municipalité de promouvoir les *activités physiques hivernales* qu'elle offre.



# Soutien offert

- Site Internet :  
[www.mels.gouv.qc.ca/plaisirshiver](http://www.mels.gouv.qc.ca/plaisirshiver)

**Vous y trouverez :**

- des exemples d'activités;
- des chroniques;
- des outils à imprimer;
- etc.



PLAISIRS  
D'HIVER



# Pour plus d'information

**Conseiller Kino-Québec  
dans votre région :**

**[www.kino-quebec.qc.ca](http://www.kino-quebec.qc.ca)**

PLAISIRS  
D'HIVER



**MERCI!**

[www.kino-quebec.qc.ca](http://www.kino-quebec.qc.ca)

