

PLAN D'ACTION 2008-2012
PROGRAMME 0-5-30

Objectif général du programme 0-5-30 : Sensibiliser la population de Val-David à l'importance d'adopter un mode de vie sain.

30 MINUTES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES AU QUOTIDIEN

Objectif général :

Accroître la pratique de l'activité physique des citoyens de Val-David.

Objectifs spécifiques :

1. Sensibiliser la population de Val-David à l'importance d'adopter un mode de vie actif.
2. Maximiser l'utilisation des infrastructures et des équipements sportifs, récréatifs et urbains (existantes et à venir).
3. Augmenter le taux de participation aux activités offertes sur le territoire.
4. Fidéliser les participants actuels aux activités physiques offertes.

Action de sensibilisation (événements ponctuels : campagnes promotionnelles, kiosque, journée d'information, etc.)

Objectif no 1 : Sensibiliser la population de Val-David à l'importance d'adopter un mode de vie actif.

Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
Promouvoir la pratique régulière de l'activité physique et de ses bienfaits.	Appuyer les campagnes de sensibilisation provinciales existantes en organisant des activités ponctuelles.	Plaisirs d'hiver; Sentier des quatre mille pas de Kino-Qc (automne); Club de marche; Etc.	Organismes communautaires paramunicipaux et parapublics	En cours Selon le calendrier établi
	Rédiger, dans le Clin d'œil, une capsule témoignant de geste(s) ou d'action(s) d'un citoyen « modèle ». Capsule Info Santé.	Ex. : M. Berthelet au mois d'août 07.		Chaque parution En cours
	Présenter, dans le Clin d'œil, les organismes sportifs et les ressources sportives.	Club de marche; Club de jogging; Vélo de montagne; École d'escalade...		Rentrée estivale 2008

Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
	Faire connaître davantage nos ressources sportives déjà existantes par le biais d'outils promotionnels.	Guide vacances; Site internet; Dépliant loisirs.		Année 2
	Effectuer un lancement officiel de ce répertoire.			Année 2
Susciter l'adhésion au programme 0-5-30 auprès de la population, des institutions et des organismes locaux en élaborant une stratégie d'implantation de ce concept.	<ul style="list-style-type: none"> • Développer des critères simples pour l'obtention du sceau 0-5-30. • Créer un slogan et des outils promotionnels nous identifiant. • Pour les employeurs, offrir des suggestions et des outils promotionnels afin qu'ils sensibilisent leurs employés. 	Panneaux, fanions...	CSSS des Sommets	Année 3

Objectif no 2: Maximiser l'utilisation des infrastructures et des équipements sportifs, récréatifs et urbains (existants et à venir).				
Moyens	Actions	Spécifications	Partenaires	Échéancier
S'assurer de la sécurité et de l'entretien des infrastructures sportives et récréatives.	Formaliser une procédure de vérification des équipements récréatifs et sportifs. Entretien adéquatement les lieux de pratique des activités sportives. (gymnase etc)	Vérifications biannuelles à l'aide d'une grille; Suivi régulier.	Services des travaux publics et des loisirs; Gardien de parc.	Année 1
Créer des animations communautaires dans les infrastructures existantes.	Participer aux différentes campagnes Kino-Québec ou en bonifier l'offre d'activités existantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Plaisirs d'hiver; • Rendez-vous d'automne; • Défi 5-30 (au printemps); • Journée nationale du sport et de l'activité physique; • Semaine de la famille; • St-Jean-Baptiste; • Halloween... 		En cours
Créer des activités au parc régional Dufresne en favorisant la pratique de l'activité physique.	Accueillir des événements sportifs déjà existants ou en créer de nouveaux.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Géocaching ▪ Marche nordique ▪ Ski de fond ▪ ... 	Direction du arc régionale	En cours
Améliorer et entretenir les équipements et les infrastructures urbaines pour favoriser la pratique sécuritaire du vélo et de la marche.	Préparer une campagne de sensibilisation stimulante pour inciter les automobilistes à laisser la priorité aux piétons.	Pour les traverses piétonnières, installer, de chaque côté de la rue, un panier avec des bâtons munis d'une petite affiche (comme les brigadiers) indiquant « Val-David : priorité aux piétons. » Le long bâton devance la personne qui le tient en traversant.		Année 1
	Ajouter des pistes cyclables avec des bornes de protection.	Rue de l'Église (enlever les cases de stationnement, entre la rue Dion et le parc linéaire);	Fondation rues principales.	Printemps 2008

		Rues de l'Académie et Dion. Commander un plan d'aménagement de pistes cyclables pour le noyau villageois.		
Moyens	Actions	Spécifications	Partenaires	Échéancier
Inciter et développer un partenariat entre organismes, commerces et municipalités afin de faciliter les déplacements à vélo et à pied.	Installer des supports à vélo à des endroits stratégiques.	Commerces, organismes communautaires, parcs, garderie...		
	Développer et promouvoir des circuits pédestres et cyclistes.	Circuits patrimonial, culturel et artistique.	Bureau touristique Service Loisirs	Année 1
	Installer des bancs le long des circuits pédestres et cyclistes.		Service travaux publics	Année 2
	Donner une priorité à l'entretien des trottoirs l'hiver.		Service travaux publics	Année 1
	Installer de l'éclairage dans les parcs.			Année 2
	Installer de l'éclairage sur la piste cyclable entre les rues de l'Église et Tour du Lac.			Année 3
Inciter les enfants à se rendre à l'école à pied ou à vélo.	Sécuriser les corridors scolaires. Développer une activité pour les écoliers à partir du concept des 4000 pas.		École	Année 2
	Influencer l'aménagement des nouveaux développements domiciliaires pour favoriser les déplacements actifs.	Exiger des pistes cyclables et des trottoirs dans les nouveaux développements domiciliaires prévus dans le périmètre urbain.	Service de l'urbanisme	Année 2

	Créer des environnements architecturaux agréables pour les piétons et les cyclistes.	PIIA		Année 3
--	--	------	--	---------

Objectif no 3 : Augmenter le taux de participation aux activités offertes sur le territoire.

Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
Profiter des infrastructures existantes pour initier des évènements sportifs.	Créer un évènement jeunesse au parc de planches à roulettes.			Année 1
Améliorer l'accessibilité aux activités physiques offertes.	Réviser l'offre en tenant compte des différentes clientèles (âge, sexe, capacité physique, ressources financières, besoin de gardiennage...) et de leurs disponibilités (heures, lieu...) .	En lien avec les données recueillies par le biais de la politique familiale	Comité famille	Année 2
Réviser la politique des frais d'inscription et la diffuser plus largement.	Rembourser les frais non résidants pour certains cours ou activités hors Val-David. Proposer des prix spéciaux pour les familles.	En lien avec les données recueillies par le biais de la politique familiale	Service des loisirs	Année2
Promouvoir la diversité de l'offre en matière d'activités physiques.	Créer d'autres partenariats avec les municipalités voisines afin de bonifier l'offre de cours à caractère sportif.		Service des loisirs	Année 2

Objectif no 4 : Fidéliser les participants actuels aux activités physiques offertes.				
Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
Avoir le soucis constant d'offrir aux citoyens un service exemplaire.	Répondre, à l'intérieur d'un court délai, aux demandes d'information.		Réceptionniste Service des loisirs	Année 1
Récompenser la participation aux cours d'activités physiques durant l'année.	Créer un tirage annuel pour tous les participants aux différents cours.		Service des loisirs	Année 2
Sonder les participants au sujet des cours offerts et de leur qualité. Tenir compte des commentaires dans l'élaboration de la programmation.	Créer une fiche d'appréciation ou une grille d'évaluation à remplir par les participants.		Service des loisirs	Année 1
Assurer la continuité des cours offerts et appréciés	En offrant des catégories et/ou une progression du niveau (débutant, intermédiaire et avancé) si nécessaire.		Service des loisirs	En cours

5 Fruits et Légumes par jour

Objectifs spécifiques :

1. Sensibiliser la population de Val-David à l'importance d'adopter une saine alimentation.
2. Outiller les citoyens afin qu'ils améliorent leurs habitudes alimentaires.

Objectif 1 : Sensibiliser la population de Val-David à l'importance d'adopter une saine alimentation

Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
Promouvoir la consommation de fruits et légumes durant le mois de la nutrition (Défi Santé 5/30)	En informant la population via les outils promotionnels et médiatiques.	Capsule 0-5-30 Fruit/légume vedette du mois	Journal Ski-se-Dit	En cours
S'assurer que les activités estivales dans les terrains de jeux pour les enfants incluent un volet sur la saine alimentation.	En intégrant dans les camps de jour des activités ou des programmes qui en font la promotion.	Expérimentation, collation santé, dégustation. Visite de marchés et fermes régionales.	Responsable camp de jour Parents	Année 1-2-3
S'assurer qu'une offre d'aliments sains soit intégrée aux rassemblements culturels, communautaires, de sports et de loisirs de la municipalité tout au cours de l'année.	En proposant aux organisateurs d'évènements de toujours inclure une offre de fruits et/ou de légumes.			Année 1-2-3
Inciter les organismes communautaires, institutions et commerces à promouvoir la saine alimentation.	En proposant ou en développant des outils de promotion et d'information.	Concevoir des fiches d'information sur les aliments et les distribuer aux utilisateurs du comptoir alimentaire (comment apprêter, info nutritionnelle) Mettre en place un potager collectif fait et entretenu par les enfants.	Comptoir alimentaire Nutritionniste du CSSS Écoles	Année 3

		Avoir plus de livres en lien avec les fruits et les légumes disponibles à la bibliothèque municipale.		Année 1
Objectif 2 : Outiller les citoyens afin qu'ils améliorent leurs habitudes alimentaires				
Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
Faciliter la prise en charge d'une saine alimentation par chacun des citoyens. Favoriser une plus grande autonomie.	<p>En instaurant une cuisine collective.</p> <p>En diffusant plus largement le livre de recettes du CPE Bambouli.</p> <p>En proposant des ateliers sur la conception d'un potager.</p>			Année 2

0 Tabagisme

Objectifs spécifiques :

1. Promouvoir l'arrêt du tabagisme.

Moyens	Actions	Spécifications (précisions)	Partenaires	Échéancier
	En diffusant la réglementation dans les véhicules municipaux.			Année 1
	En diffusant les services des Centres d'abandon du tabagisme (CAT) du CSSS auprès de la population de Val-David.	Mettre en place des groupes de soutien.		Année 1
	En décrétant un règlement municipal interdisant la fumée à 9 mètres des bâtiments municipaux pour s'harmoniser à la loi qui régit les organismes gouvernementaux.			Année 3
	En sensibilisant les jeunes à l'arrêt du tabagisme via des campagnes, ateliers d'information etc..	Peut-être déjà existant ponctuellement dans nos écoles.	École	Année 1