

Table des matières

Résumé de la proposition

Première partie : la démarche

- Histoire d'un projet de longue haleine 3
- Potentiels, faiblesses et défis 4
- Depuis 2014 : une évolution qui se poursuit sur plusieurs points saillants 6
- La démarche 2017. 7

Deuxième partie : Le Plan d'action plein air de l'Outaouais

- Auteurs et acteurs 8
- Mission de la table plein air 8
- Vision 2017-2025 8
 - une organisation enracinée et cohérente 8
 - une culture de plein air 9
 - un aménagement innovant 10
 - une identité bien communiquée 11
- La feuille de route : objectifs et actions 12
 - Premier objectif : Créer une offre de plein air distinctive, durable et de grande qualité à l'intention des citoyens de l'Outaouais 12
 - Deuxième objectif : Réunir les conditions de réussite : concertation, promotion, financement. 12
- Les actions du p, selon trois phases 12
 - Phase I – 2017-2018
 - Phase II – 2018-2020 13
 - Phase III – 2020-2025 14
- Les premiers pas du Plan (2017-2018) 14

Notes de support

- Le portail plein air 15
- Les portes d'accès plein air 16
- Coop PA-O - l'hypothèse d'une coopérative de services en plein air 16
- Quelques tendances de fond pour demain 17
- Tourisme et plein air : pour faciliter la coopération et éviter les confusions 18
- Les composantes possibles d'un récit plein air de l'Outaouais 19

Annexes

- 1- Liste des participants 20
- 2- Documents majeurs qui ont jalonné la démarche 21
- 3- Documentation de référence 21

Une vision d'avenir pour l'Outaouais

Plan d'action Plein air 2017 - 2025

Résumé de la proposition

Le Plan d'action plein air de l'Outaouais (PAPA-O) a été élaboré par un groupe représentatif d'acteurs privés et publics. C'est une feuille de route pour offrir à tous les citoyens de la région la possibilité d'un accès régulier au plein air, dans un environnement naturel et culturel riche. Le Plan met de l'avant des objectifs, des priorités et des choix permettant de passer dès maintenant à l'action d'une manière concertée. Dans un horizon de sept à dix ans, l'Outaouais pourra se doter de plusieurs dizaines de sites d'accueil majeurs, de 700km¹ de sentiers de randonnée à pied et en raquettes, de 400km de pistes de ski de randonnée, de 500km de Vélo-routes et de cinq Routes nautiques régionales aménagées sur les principales rivières. Deux nouveaux outils sont proposés en tant que premiers pas de la feuille de route : les portes d'accès plein air et le portail plein air de l'Outaouais.

¹. Ces chiffres de 700, 400 et 500km représentent certainement des maximums. On verra plus loin que l'objectif d'une qualité de l'expérience plein air commande une sérieuse mise à niveau des sentiers et une réduction du kilométrage actuel.

Première partie : la démarche

Histoire d'un projet de longue haleine

En Outaouais, les acteurs régionaux du plein air sont en marche depuis plusieurs années pour se doter d'un plan d'action.

2012 – Création de la table plein air suite à une rencontre de Loisir Sport Outaouais, de la ville de Gatineau, de Tourisme Outaouais et de la Conférence régionale des élus de l'Outaouais.

2013 – La table plein air consulte les acteurs du développement régional pour mesurer leur intérêt à poursuivre une démarche sur le plein air. Un projet de livre blanc plein air lance la réflexion.

2014 – Production d'un document de réflexion² sur les enjeux et la vision du plein air en Outaouais ; deux questions sont posées :

(1) Comment définir un créneau plein air encore plus fort et concerté ? Définition, attraits et priorités d'action sont identifiés ;

(2) Comment établir les objectifs spécifiques et les actions d'un plan d'action régional commun ? Les éléments d'une démarche sont identifiés.

². Reproduit en annexe.

2015 – Seconde consultation sur le document produit en 2014 et journée de réflexion en septembre (Lac Beauchamp). Les questions de communication sont à l'avant-plan : promotion, image, concertation.

2017 – La démarche s'accélère et prend de l'ampleur

(1) Production du « Portrait sur le plein air en Outaouais »³ ; portrait de chacune des MRC et la Ville de Gatineau identifiant : forces, faiblesses, opportunités et menaces. Y inclut un premier inventaire des infrastructures et des ressources humaines dédiées.

³. Reproduit en annexe.

(2) Entre janvier et mars, la table plein air s'élargit, se réunit à trois reprises et produit un plan d'action ; il sera déposé le 20 mars. Les questions de la qualité des aménagements, des priorités d'actions à poser, des projets concrets prennent davantage de place.

Potentiels, faiblesses et défis

Depuis 2014, les acteurs consultés ont dressé un portrait de situation et en sont venus à de forts consensus sur l'état du plein air en Outaouais.

(1) Potentiels naturels et humains

Tout visiteur arrivant en Outaouais est frappé par la proximité avec la nature qu'offre la région. En fait, plusieurs choisissent d'y habiter justement pour cette raison. Les études du domaine forestier donnent une image positive de l'état général du milieu naturel et de sa biodiversité, lorsqu'on le compare avec d'autres milieux québécois.

Une étude commandée par le PERO⁴, réalisée sur la base d'une revue exhaustive de la documentation existante, propose une synthèse des valeurs outaouaises favorables au récréotourisme :

« Il appert de l'ensemble de la documentation traitant de récréotourisme dans les MRC de l'Outaouais que les sites et activités potentielles et actuelles mettent en œuvre trois constantes fondamentales :

- *Rivières et lacs propices aux activités nautiques de tous genres ;
Rives offrant des panoramas d'exception ;*
- *Forêts et milieux forestiers propices aux activités en milieu naturel ;
Flore et faune en très bon état de conservation se prêtant aux activités d'observation et de prélèvement de tous genres ;
Territoire accessible et propice aux déplacements des randonneurs à force physiques ou motorisés ;*
- *Milieu de vie rurale où modernisme et tradition se côtoient
Sites historiques et industries actuelles invitant à l'approfondissement des connaissances. »*

⁴ BOURGAULT, Normand. *Pour une synthèse des voies de développement en récréotourisme en Outaouais rural, Portrait et enjeux*, UQO-PERO, 2013, 104 pages, page 39.

Les citoyens de la région s'identifient à leurs espaces forestiers et à leurs rivières ; ils aiment les fréquenter, bien qu'on constate aussi une certaine désaffection d'une partie des jeunes générations. Des activités de plein air traditionnelles en Outaouais comme la chasse et la pêche sont moins populaires qu'elles l'ont déjà été, mais leur pratique continue et toujours importante témoigne de la richesse du milieu naturel régional.

Les potentiels humains sont aussi considérables. Une enquête sommaire a révélé la présence d'au moins 70 organisations actives, tandis que les administrations des MRC et la Ville de Gatineau emploient quelques centaines d'employés dédiés (dont une bonne proportion de saisonniers). Comme c'est généralement le cas dans le domaine du plein air, il s'agit de personnes motivées, convaincues de l'importance de ce qu'elles et ils offrent aux citoyens. Plus que les infrastructures, elles et ils sont la première force du plein air en Outaouais. De plus, les quelques clubs existants en milieu scolaire et les démarches de quelques gestionnaires de services de garde illustrent que les jeunes répondent avec enthousiasme quand un professeur ou un animateur bien allumé leur propose un programme de plein air.

Ces potentiels prennent une forme concrète dans le « Portrait sur le plein air en Outaouais » publié par Loisir Sport Outaouais en janvier 2017 et illustré par 7 traits, en guise de conclusion⁵ :

- Proximité de la nature sauvage avec le noyau urbain du centre-ville de Gatineau ;
- Développement priorisé des pistes cyclables entre le milieu urbain et le milieu rural ;
- Événements importants en ski de fond et chiens de traîneaux ;
- Nombreuses pourvoiries de haute qualité ;
- Qualité des cours d'eau navigables pour le canot d'eau douce et d'eau vive ;
- Présence de deux parcs nationaux et deux réserves fauniques ;
- Présence d'une table régionale en plein air.

⁵. Citation adaptée et inspirée du document de janvier 2017 : *Portrait sur le plein air en Outaouais* ; disponible en annexe.

Les études et plans de développement intégrés : un potentiel de valeur

Au cours des dernières années, les organismes régionaux (CRD, CRÉ, CLD, MRC, ZEC) ont parrainé diverses études et plans qui sont des documents importants, soit parce que certains sont en voie d'implantation, soit tout simplement parce que le travail fait devrait servir à guider les promoteurs publics ou privés dans la réalisation de leurs projets. La dynamique de réalisation de ces vastes projets est rarement linéaire. Très souvent, ils suivent un processus circulaire qui correspond mieux aux ressources des promoteurs et à la vigueur à telle époque précise du support de la collectivité. À partir de quelques réalisations plus modestes, ces projets font de temps à autre, l'objet de révision ; puis de nouveaux engagements financiers surviennent, et ainsi de suite. Voilà pourquoi, il faut considérer ces produits comme de réels potentiels conservant leur valeur pour l'avenir.

La perspective du Plan d'action plein air est différente de celle des plans intégrés. D'une part, le PAPA-O embrasse l'ensemble de la région pour proposer une orientation globale et il n'a aucunement la prétention d'être un plan intégré. Loin s'en faut ! D'autre part, prenant acte d'une reconnaissance encore fragile de la valeur des investissements dans le domaine du plein air, il propose une démarche faite de petits pas, qui en cours de route pourront rejoindre les grands desseins des travaux de planification des dernières années. Du reste, les acteurs réunis autour de la table plein air ont à l'époque partagé les aspirations et éléments qui ont produit ces plans ; plusieurs en ont même été la source d'inspiration. Et ils en sont encore les porteurs.

(2) Faiblesses

L'autocritique des intervenants est tout aussi claire que leur identification des potentiels. Ils identifient notamment :

- Le manque d'argent, imputé à une mauvaise connaissance des potentiels économiques du plein air, de la part des responsables politiques – affirmation nuancée par des exemples notoires du contraire ;
- L'absence d'un portrait d'ensemble des aménagements réalisés à travers la région ;
- Le manque de cohérence dans l'aménagement des réseaux : sentiers, pistes, vélo-routes, de même que la multiplication inopportune des sentiers informels pénétrant le parc de la Gatineau ;
- Le manque de formation des intervenants ;
- Le peu de collaboration entre eux ;
- L'absence d'une communication structurée sur ce qui est déjà offert.

(3) Défis

L'attitude des intervenants par rapport aux défis est positive. Ils voient généralement dans le contexte actuel des possibilités nouvelles pour répondre à des défis comme ceux de :

- Desservir l'immensité d'un territoire dont la population est dispersée en petites entités municipales aux ressources limitées ;
- Financer et réaliser de nombreux projets en attente de réalisation complète ou de démarrage ;
- Rendre le plein air accessible aux moins fortunés ;
- Distinguer l'offre plein air de la région face à la concurrence interrégionale.

Depuis 2014 : une évolution qui se poursuit sur plusieurs points saillants

(1) Au départ (2014), les questions de communication sont au premier plan :

faire la promotion de la région et de ses attraits ; *concerter les acteurs* pour développer une offre concertée. La préoccupation du tourisme est importante dans l'identification des enjeux et des carences. Celle des infrastructures prend aussi sa place dans les objectifs.

L'annexe au rapport de la rencontre du Lac Beauchamp (2015) propose donc trois objectifs spécifiques :

Premier objectif : Caractériser l'inventaire des acquis, des potentiels et des conditions gagnantes

Cet objectif s'intéresse d'abord à la connaissance des infrastructures existantes, mais introduit aussi la question de l'accès pour les gens de la région (transport, navette, coût). La question touristique est dominante dans la liste des actions proposées et des conditions de réussite (hébergement, restauration, forfaits, clientèle de luxe, kiosques d'information).

Deuxième objectif : Encourager les partenariats et la mise en commun des efforts dans le déploiement de l'offre

On souhaite associer les municipalités et on identifie le besoin d'une concertation continue pour une mise en commun des efforts de développement.

Troisième objectif : Déployer une stratégie régionale de promotion et de communication

Sous cet objectif, on identifie plusieurs actions à poser.

(2) Principales évolutions au cours du processus 2014-2017

- Sur la conception de ce qu'est le plein air

Assez tôt, s'affirme une volonté de simplification des concepts et d'élargissement de la liste des pratiques « reconnues ». Trois évolutions suivront :

- l'élément physique de déplacement demeurera central, mais sera peu à peu nuancé par l'introduction des concepts de patrimoine, d'histoire et de compréhension de la nature ;
- l'affirmation selon laquelle le plein air doit être aussi « urbain » que « de grande nature » ;
- la valorisation des activités les plus simples et les plus accessibles.

- La mise à jour des infrastructures matérielles et aussi ...humaines.

On passe de la croyance à l'existence d'une offre déjà prête pour la promotion externe, à la conviction qu'un important travail de mise à niveau, de réaménagement (voire de réduction du nombre de kilomètres de sentiers inopportuns, mal situés ou de piètre qualité), d'évolution des mentalités et de formation des acteurs. Ces éléments sont connus dès le point de départ, mais ils prennent une importance nettement plus grande à mesure qu'on avance dans la démarche.

- **Tourisme et plein air**

On passe d'une conception du plein air où le « gabarit touristique » (qui comprend les activités les plus populaires chez les touristes externes, la restauration, l'hébergement) à une vision différente dans laquelle les citoyens de l'Outaouais et d'abord les jeunes sont les premiers visés. Conséquence concrète : on priorise la mise à niveau et l'aménagement d'accès plein air partant des noyaux résidentiels urbains, municipaux et villageois et on propose des activités simples comme la marche et la connaissance de la nature.

La perspective touristique n'est pas évacuée pour autant. On peut d'ailleurs croire qu'elle sera mieux servie par une mise à niveau des infrastructures physiques et humaines. De plus, la promotion de l'accès au plein air pour tous dans la région stimulera à moyen terme l'avènement d'une culture de plein air qui pourrait caractériser la région et son offre touristique de plein air.

Démarche 2017.

Entre la fin décembre 2016 et la fin de mars 2017, Loisir sport Outaouais a animé une démarche rapide ayant comme objectif de produire le Plan d'action plein air de l'Outaouais. Un consultant a été engagé pour supporter la démarche de la table plein air et rédiger le Plan.

Un processus de communication serré s'est installé entre Loisir sport Outaouais et les partenaires de la Table plein air ; trois rencontres ont eu lieu :

- Le 30 janvier, Loisir sport Outaouais a réuni les membres initiaux de la table plein air : représentants des quatre MRC, de la Ville de Gatineau, de Tourisme Outaouais et de la CCN. La rencontre a porté sur les enjeux ;

- Une seconde rencontre a eu lieu le 16 février. Plusieurs acteurs additionnels ont participé aux échanges, en provenance des horizons de l'éducation, de la santé, du milieu municipal, des OBNL. Ils ont échangé sur un premier document qui leur avait été soumis auparavant ;

- Une troisième rencontre a eu lieu le 20 mars au cours de laquelle les partenaires réunis ont donné un appui fort à la version 3 du document. La plupart y voient la réponse aux demandes formulées par les acteurs au cours des cinq dernières années. Par la suite, une version 4 du document leur a été soumise par courriel le 22 mars afin de valider les dernières corrections demandées, en vue d'une étude et approbation le 28 mars par le conseil d'administration de Loisir sport Outaouais.

La démarche régionale est maintenant arrivée à un point pivot qui lui permet de passer de la réflexion à l'action.

Deuxième partie : Le Plan d'action plein air de l'Outaouais

Auteurs et acteurs

Plus de vingt personnes engagées provenant de tous les milieux de la région, invitées à la table plein air de Loisir sport Outaouais ont échangé, débattu, apporté leur expérience du terrain, de leur municipalité, de leur MRC, de la ville de Gatineau, du parc de la Gatineau et de tourisme Outaouais. Ces gestionnaires, planificateurs, animateurs, éducateurs, entrepreneurs et élus⁶ sont décidés à porter ensemble ce Plan et à en réussir une première phase concrète. Ils sont donc à la fois les auteurs qui ont pensé le Plan, et en même temps, le premier groupe d'acteurs réunis pour le réaliser. Ensemble, ils lancent aussi une invitation à celles et ceux qui occupent les mêmes fonctions qu'eux dans le plein air à rejoindre l'équipe du Plan.

⁶ Liste des participants en annexe, page 20.

Mission de la table plein air

Les acteurs réunis autour de la table plein air se sont donné comme mission de :

« Réaliser le plein potentiel plein air qu'offre la nature de l'Outaouais, au bénéfice des citoyens de la région et de leurs besoins de loisir, de leur bonne santé, de la connaissance de leur patrimoine culturel, de la conservation et utilisation de la forêt, ainsi que d'une contribution à la vitalité de l'industrie touristique. »

Vision 2017-2025

Les ambitions du Plan nécessiteront plusieurs années à se concrétiser complètement : certainement une dizaine, car ils supposent d'établir et de crédibiliser une large pratique de concertation impliquant des changements culturels, de prendre le temps de planifier des réseaux cohérents. Et le temps de faire le travail sur le terrain : une opération longue. Enfin, les montages financiers requis ne peuvent pas tous se réaliser en même temps.

À terme, on devrait pouvoir constater les résultats présentés ici (au présent pour simplifier le texte).

Une organisation enracinée et cohérente

Le leadership local et ses apports essentiels

Une des formes les plus performantes du leadership local s'est révélée être la collaboration entre les clubs plein air locaux, souvent soutenus par les éducateurs physiques des écoles, et les autorités municipales. C'est cette collaboration qui maintient en bon état les infrastructures (aménagement et entretien des sentiers, propreté des sites, animation des randonnées). Réunis dans de nombreux clubs de plein air locaux, les jeunes se sont montrés très actifs dans l'entretien bénévole des infrastructures, particulièrement les sentiers, de même que des portages le long des rivières. Les animateurs conviennent que le fait de fournir aux bénévoles – jeunes et vieux – tout le matériel nécessaire à leur action constitue le facteur décisif de leur participation.

L'engagement des collectivités locales est la clé pour réussir dans l'aménagement des infrastructures, l'accueil et la pratique du plein air : organisations citoyennes et clubs, institutions d'éducation et de santé, municipalités, promoteurs, propriétaires permettant le passage sur leurs terres sont les premiers acteurs, soutenus par les MRC et les gouvernements.

Plus encore, il aura été très important d'associer les résidents aux aménagements prévus par des formes appropriées de consultation et de participation à leur conception. Une approche particulièrement cruciale en ce qui concerne les jeunes. L'expérience apprend que c'est la seule manière d'assurer la protection de ces aménagements et leur utilisation. Et bien évidemment la disposition à en payer le prix et à participer à son entretien.

La place des promoteurs

Rien n'arrive tout seul. Le changement est d'abord le fait de personnes motivées qui le portent sur leurs épaules : une idée neuve, le risque de se tromper et de « manquer son coup ». Alors que les formes d'aide au développement de projets de ce type se raréfient, les promoteurs privés et les promoteurs sociaux ont dû prendre encore davantage de risques personnels et financiers pour amener leurs projets à maturité. Ils ont été écoutés et on leur a fait une place, la leur, indispensable.

L'intégration des institutions du plein air

D'entrée de jeu, les acteurs du PAPA-O ont tenu à communiquer avec les acteurs traditionnels du plein air pour partager avec eux les aspirations du Plan et les inviter à y collaborer. Ces démarches auront rejoint les pourvoies et les gestionnaires de ZEC de la région, de même que les camps de vacances. Une autre démarche a rejoint les fédérations d'activités de plein air et, par elles, leurs clubs membres. À ces acteurs très importants, la table plein air a proposé de participer à divers titres à la réalisation du Plan, notamment en ce qui concerne les critères et normes d'aménagement et de pratique.

La gouvernance et la santé financière du plein air en Outaouais

Le dialogue et la concertation soutenus grâce à l'engagement de Loisir et Sport Outaouais ont solidifié les deux éléments de structure posés au point de départ, soit une table plein air élargie et la Coop PA-Outaouais. Les points saillants de leur succès sont :

- l'engagement continu d'une centaine de partenaires dans le PAPA-O ;
- l'introduction d'une pratique de contribution de la part de tous, tant sous la forme de bénévolat que par l'engagement financier. Le thème du *bien collectif à maintenir* a bien servi cette approche, qui fait que l'aménagement, la mise à niveau et l'entretien arrivent à se financer plus facilement.

Une culture de plein air

L'engagement des jeunes

60% des écoles primaires et secondaires et 80% des CPE et garderies ont intégré un programme de plein air tant dans leurs activités régulières (classes et plages horaires régulières en plein air) que dans leurs activités parascolaires : clubs de plein air. Ces activités bénéficient des aménagements réalisés sur place et qui donnent accès par des pistes et sentiers à des sites naturels à proximité, au cœur des quartiers urbains et des noyaux villageois.

Les nombreux camps de vacances de la région ont accepté d'entrer dans le jeu, en faisant leurs les éléments du PAPA-O qui concernent les jeunes.

L'éducation à la nature et au patrimoine culturel de la région⁷

Les démarches pour intégrer la parole autochtone au discours plein air ont produit un récit d'animation de randonnées et de séjours en plein air qui atteint la grande majorité des visiteurs des sites et pistes de la région ainsi que des parcours sur rivière. Les efforts semblables pour enrichir l'expérience de nature avec l'histoire de la traite des fourrures, de la récolte forestière, du patrimoine minier et du tourisme de chasse et de pêche en ont amené plusieurs à y voir des éléments de leur propre identité comme citoyens de l'Outaouais.

⁷. Voir la note : Les composantes possibles d'un récit plein air de l'Outaouais, page 19.

Le choix de faire partir les pistes et sentiers du cœur des villages a permis d'en souligner l'intérêt quant au patrimoine bâti et aux usages locaux. Cela aura aussi contribué au développement de la qualité de la restauration et de l'hébergement.

La formation des acteurs

Le programme de formation des acteurs du plein air aura grandement aidé à la professionnalisation de l'aménagement, de l'accueil, de l'animation et de la gestion des services. Ce programme n'aura cessé d'évoluer, passant des techniques d'aménagement et de gestion, aux acquis sur l'histoire culturelle de la région, ses valeurs naturelles et la conservation de sa biodiversité, grâce à la collaboration à un tronc commun de formation des acteurs, coordonnée par le PERO.

Cette formation devait habiliter les acteurs mettre à niveau, à créer des aménagements et des organisations durables de même qu'à consolider et favoriser la biodiversité.

Un aménagement innovant

Les Portes d'accès plein air⁸

Le Plan propose de situer le point de départ de l'expérience plein air au cœur des quartiers, des municipalités, des villages, ainsi que d'aménager des corridors de sortie vers la nature proche, des sentiers en boucle et des accès à l'eau. Ces « portes d'accès au plein air » devraient le plus possible se situer près des écoles, des CPE et devenir de nouveaux lieux où se retrouver pour partir en randonnée, recevoir une formation technique, faire une corvée d'entretien. Cette localisation est aussi une manière concrète d'accorder la priorité aux jeunes dans l'accès au plein air.

⁸. Voir la note complémentaire sur ce sujet, page 16.

Dans la mesure où l'on pressent une augmentation de la pratique et qu'on la souhaite, il faut augmenter l'attractivité de lieux d'accueil, ainsi que leur capacité à recevoir, initier, encadrer et satisfaire les attentes des pratiquants nouveaux ou aguerris.

L'aménagement très répandu des « Portes d'accès plein air », point focal de rassemblement avant toute sortie plein air, a aidé à créer l'image régionale de randonnées accessibles à tous, favorisant la pratique par des non-initiés, les familles et les jeunes d'âge scolaire et préscolaire. Ces portes se sont aussi révélées de bons éléments de signalisation touristique. De plus, dans plusieurs milieux, elles ont évolué vers une petite structure de service, sorte de « bâtiment référence » (voir l'annexe « Portes d'accès plein air » et « Mini-chalet d'accès plein air ») permettant l'inscription en ligne à des activités, l'affichage interactif de la programmation locale, etc.

Les Portes d'accès plein air sont la concrétisation d'un *accueil qui invite* à la pratique, facilite les premiers pas, accompagne dans la découverte des milieux naturels, élève le niveau d'autonomie de chacun et le rend capable d'assurer sa propre sécurité, développe la connaissance de la nature.

Et un accueil qui offre la *possibilité pour tous les citoyens*, quelle que soit leur condition socio-économique et leurs capacités, de pratiquer le plein air dans plusieurs milieux stimulants.

La pratique du plein air suppose une forme d'initiation qui ne peut pas être remplacée par une simple promotion-sensibilisation. Il faut pour ainsi dire établir une ligne pointillée entre le pratiquant attiré par une activité et les techniques et lieux de pratique. Il doit apprendre un rituel, passer par une initiation, ce qui implique un lieu d'accueil, une présence humaine, quelques équipements, etc. L'enjeu principal est de l'amener jusqu'à la porte de l'expérience nature et de la lui faire franchir en le tenant par la main.

L'aménagement et l'entretien des sites

Les efforts concertés des acteurs ont permis de mettre à niveau des dizaines de réseaux de sentiers et de les inter-relier.

Le réseau des sites d'accueil et d'accès aux plans d'eau s'est enrichi de plusieurs dizaines de lieux aménagés et entretenus.

Les rivières navigables de la région ont toutes fait l'objet d'aménagements assurant le confort des excursionnistes : points d'atterrissage pour pique-niquer ou camper, sentiers de portages autorisés. À cette fin, des droits de passage ont été négociés ou des servitudes de passage achetées. Ces lieux font l'objet d'une attention soutenue pour maintenir leur qualité et un bon voisinage avec les résidents.

Les pistes et routes vélo ont vu leurs chainons manquants être aménagés et mis à niveau.

L'ensemble de ces sites et pistes ont été optimisés pour assurer la qualité de l'expérience : intérêt maximal des tracés, maintien de la propreté, conservation du caractère naturel, signalisation appropriée et bien entretenue. Ils ont acquis le statut de bien collectif inestimable dans l'esprit des citoyens de la région.

Sécurité et qualité de l'expérience plein air

En plein air, la sécurité est une question fondamentale puisque les risques sont toujours présents. Elle est la base d'une expérience de qualité.

En plein air, le premier responsable de la sécurité est le pratiquant lui-même. Il ne sera jamais possible de garantir absolument la sécurité d'une pratique de plein air, surtout en grande nature. La première responsabilité des promoteurs d'expériences de nature est d'éveiller les pratiquants à leur propre sécurité. Grâce à l'engagement des acteurs et aux nombreux ateliers de formation dispensés dans le cadre du PAPA-O, les aménagements et la gestion des sites se conforment aux balises de la sécurité en plein air.

Une identité bien communiquée

Une image régionale bien établie

L'Outaouais apparaît comme un leader innovateur qui a su intégrer ville et milieu rural dans son offre de plein air, une offre qui se fonde sur les caractéristiques naturelles uniques de la région. Cette offre comprend aussi une forte composante culturelle. Cette dimension additionnelle puise dans la richesse des traditions amérindiennes (les Algonquins), celle des coureurs des bois et voyageurs, puis de la drave et des *cageux*. Au plan économique la région a réussi à établir une vision des usages de la forêt où voisinent harmonieusement la gestion durable de la forêt et sa fréquentation récréative ; une vision transmise également aux visiteurs externes. La dimension « accessible à tous » fait aussi partie de l'image du plein air Outaouais.

L'information et la promotion

Le portail internet interactif est devenu l'outil de référence du plein air en Outaouais : tous les sites, toutes les offres. Il affiche aussi les nouvelles collaborations, les projets conjoints, les innovations. On trouvera dans la section « Notes de support », en page 15, une explication détaillée du rôle joué par le portail, identifié dès le départ comme le premier pas du Plan d'action.

La région s'est dotée d'une « image plein air », qui associe :

- Qualité d'une nature préservée, distincte ;
- Accès à tous ;
- Innovation dans l'aménagement et la gestion, par leurs dimensions urbaine, historique et culturelle, ainsi que la coopération ;
- Qualité et sécurité de l'expérience.

L'apport du plein air à l'industrie touristique de l'Outaouais

Une culture largement partagée par plusieurs groupes d'une collectivité donne davantage de profondeur à son produit touristique. Quand le personnel hôtelier, les chauffeurs de taxi, les serveuses des restaurants partagent les éléments clés du produit touristique de leur ville ou de leur région et que tous apportent leur touche à l'accueil des visiteurs, l'expérience touristique acquiert de nouvelles dimensions. En quelques années, le PAPA-O a réussi à enraciner davantage la culture du plein air dans la région, et d'abord chez les jeunes. Grâce à cette avancée, l'offre touristique de la région devrait en quelques années évoluer vers une plus grande qualité de l'expérience vécue par les visiteurs. Et la relève se trouve déjà sur place, toute prête, comme techniciens, professionnels des métiers du tourisme, entrepreneurs et décideurs, au sein de la génération montante.

La feuille de route : objectifs, actions, premiers pas

Les auteurs du Plan estiment qu'il faut d'abord se concentrer sur ce qui existe, s'assurer de mettre à niveau les aménagements et les pratiques actuelles. Et ensuite, en faire la promotion. Un aménagement et une gestion de sites de qualité, davantage fréquentés, sentiers moins nombreux – par exemple, il y aurait actuellement plus de 1 100km de sentiers randonnée pédestre et raquette – assureront mieux l'accès au plein air. La feuille de route propose de faire d'abord quelques pas, puis d'évaluer les résultats, de se référer à nouveau à la vision d'ensemble, de faire à nouveau quelques pas et ainsi de suite, à l'occasion de rencontres annuelles ou biennuelles des acteurs du Plan.

Un Plan d'action plein air de 7 ans, en trois phases

Les objectifs, sous-objectifs et actions sont présentés en tableau, à la fin du document

Les objectifs et sous-objectifs

Premier objectif : Créer une offre de plein air distinctive, durable et de grandes qualités à l'intention des citoyens de l'Outaouais

1.1 : Mettre à niveau et aménager des réseaux de plein air cohérents

1.2 : Former les acteurs pour développer en continu une culture de plein air

1.3 : Assurer la durabilité des aménagements et des organisations humaines

1.4 : Contribuer à protéger et à accroître la biodiversité sur tout le territoire de l'Outaouais.

Deuxième objectif : Réunir les conditions de réussite : concertation, promotion, financement.

2.1 : Réunir, concerter et mobiliser tous les acteurs disponibles

2.2 : Communiquer le message plein air : le portail, l'offre et ses bénéfices

2.3 : Assurer un financement régulier.

Ces objectifs et sous-objectifs sont modulés en trois phases temporelles, à ajuster selon les progrès du Plan.

Les actions du Plan, selon trois phases

Phase I – 2017-2018 :

Action 1 – Ralliement des acteurs autour du Plan d'action ; création par Loisir et Sport Outaouais d'un portail régional plein air comme outil de dialogue entre les acteurs et outil de promotion ;

Action 2 – Planification des actions prioritaires pour la phase II ;

Action 3 – Planification des premières « Portes d'accès plein air » (Ville de Gatineau).

Phase II – 2018-2020 :

Action 1 – Réalisation d'un réseau régional complet de sentiers 4 saisons (pédestre et raquette) de 700km ;

Action 2 – Création d'une coopérative régionale de services plein air offrant :

-banque d'équipements légers ;

-services aux membres ;

-événements de sensibilisation ;

Action 3 – Mise en place d'un programme de formation sous l'égide du PERO ;

Actions 4 à 7 – Réalisation d'au moins une action prioritaire à identifier par chacune des MRC, pouvant par exemple porter sur :

- l'aménagement d'un site majeur de plein air ;

- la mise en place des « Portes d'accès au plein air » ;

- la mise à niveau d'un réseau de ski de randonnée ;

- la mise à niveau d'une vélo-route (ex. un segment important) ;

- la création des infrastructures d'une première Route nautique régionale sur une rivière : sites d'accès à l'eau, d'arrêt en descente, de camping, de portages sécurisés ;

- l'organisation d'accès aux randonnées en chien de traîneau et marche de plein air avec chien ;

Action 8 – Chacune de ces actions fait l'objet d'un suivi documentaire publié sur le portail (volet interne – partenaires). Et de promotion sur le même portail (volet grand public).

Phase III – 2020-2025 :

La planification des actions de la Phase III aura été réalisée en 2018-2019 et les montages financiers réalisés pour que l'action commence sur le terrain au plus tard en 2020 :

Action 1 – Mise en place d'un premier réseau de 15 sites publics (à compléter ou nouveaux) majeurs de plein air : parachèvement des infrastructures actuellement en chantier ou prévues (Le chiffre a une certaine importance. À établir : la liste des sites actuellement complétés et de ceux qui pourraient l'être d'ici 2025) ;

Action 2 – Mise à niveau des réseaux de randonnées en plein air :

-Réseau des Routes vélo de 500km ;

-Réseau de ski de randonnée de 400km ;

-Amener 5 rivières au statut de Route Bleue régionale, avec une gestion concertée et des sites protégés pour accès, arrêt de repos, camping, portages ;

-Réseau de randonnées à chiens de traîneau ;

Action 3 – Parachèvement (derniers contenus) du Portail plein air.

Les premiers pas du Plan (2017 – 2018)

Loisir sport Outaouais assume le mandat de la mise en œuvre du Plan soutenu par les acteurs réunis au sein de la table plein air la manière suivante :

(1) Adoption du Plan d'action plein air de l'Outaouais

Tournée régionale de promotion et de recrutement de supporteurs (avril-septembre 2017)

(2) Assemblée de lancement officiel du Plan (septembre 2017)

Mise en place d'un comité stratégique de la table plein air (juin 2017)

(3) Action

Mise en place de deux chantiers prioritaires (juin – octobre 2017)

- Portail plein air Outaouais (mise en ligne automne 2017)
- Planification des *portes d'accès plein air*

Commencement des travaux : 2017 - 2018

- Articulation des actions de la phase II : partenaires, planification, budgétisation
- Élaboration du projet de coopérative de services et mise en place.

Notes de support (La succession des notes a été modifiée pour mettre en évidence les propositions prioritaires)

Le portail plein air

La préoccupation initiale d'inventaire des acquis (Objectif no. 1 du rapport de 2015 - 9) et celle du déploiement d'une stratégie régionale de promotion (Objectif no. 3 du même rapport) trouvent en grande partie leur réponse dans l'idée du *portail plein air*. À ce propos, les membres de la table trouvent inspirant le modèle mis en ligne par Plein air Laurentides.

⁹. Rapport sur la journée de réflexion sur le plein air, annexe A.

La proposition du Plan est qu'un *Portail plein air de l'Outaouais* remplisse les deux fonctions : d'abord l'inventaire des ressources, puis la diffusion d'information sur les expériences offertes. Cet outil doit être conçu au départ pour héberger les deux fonctions.

Le volet inventaire des ressources nécessite :

- un cadre normatif – à établir probablement avec la coopération des fédérations comme Rando-Québec et autres –
- la formation des propriétaires ou gestionnaires des ressources, qui auront la responsabilité d'inscrire leurs données dans l'application ;
- l'inscription des données par les propriétaires ou gestionnaires, avec l'assistance d'une personne ressource responsable du portail ;
- la validation des données par diverses méthodes, y compris la visite sur le terrain, pouvant comprendre des usagers bénévoles ;
- les correctifs indispensables pour assurer le niveau de base requis pour la publication des données relatives à une ressource ;

Le volet inventaire n'est accessible qu'aux propriétaires et gestionnaires ainsi qu'aux valideurs et au gestionnaire de l'application.

La validation en vue du transfert au volet information

Sous l'autorité du gestionnaire de l'application : « la ressource est conforme avec la description fournie par le gestionnaire ».

Le volet information publique comprend :

- Les informations sur les ressources et expériences plein air (il peut aussi s'agir de l'organisation d'excursions) sont basculées telles quelles dans le volet « Information publique » dès qu'une ressource est déclarée conforme ;
- À partir de ce moment, le propriétaire et gestionnaire est responsable d'inscrire lui-même toute modification de tracé, d'accès, de services, d'horaire, etc. ;
- Les usagers sont invités à signifier directement dans l'application leur appréciation de l'expérience (un peu comme sur les sites d'hôtel) et le cas échéant, un problème d'aménagement ou de sécurité.
- Selon l'importance des difficultés signalées, une visite de validation peut suivre. Le gestionnaire de l'application a le pouvoir de retirer temporairement ou définitivement les données d'une ressource.

À voir :

- le type de ressources à inventorier dans un premier temps et un calendrier menant à l'inscription de toute la variété des ressources régionales de plein air ;
- la gouvernance plus précise des étapes d'inscription, de validation et d'information publique ; une gouvernance qui devrait probablement comprendre aussi un code d'éthique ;
- un 3^e volet réservé au dialogue entre les acteurs, à la documentation, au récit plein air régional.

Les portes d'accès plein air

Les portes d'accès plein air sont d'abord un dispositif de signalisation identifiant la vocation d'un lieu, bien visible de la rue ou de la route ; et c'est en même temps, un point de passage symbolique permettant de quitter la réalité quotidienne de chacun, très construite, voire bétonnée, pour entrer dans un environnement où la nature se fait plus présente et s'ouvre au visiteur.

En principe, les portes devraient avoir toujours le même gabarit et la même apparence pour être aisément reconnues pour le sens qu'on leur donne. Et être visibles depuis le point de passage des piétons et des cyclistes, ou même des automobilistes.

Les portes peuvent être porteuses de plusieurs fonctions :

- consacrer un espace comme lieu ouvert à tous pour un ensemble de pratiques ;
- être porteuse de « réalité augmentée » à plusieurs volets : histoire, accès à un site majeur de plein air, point de départ de sentiers et pistes, information sur ces sentiers et pistes ;
- Point de rendez-vous pour des activités à pratiquer avec quelques autres : jogging, marche matinale, exercices d'étirement et de conditionnement physique sur place, classe en plein air, etc. ;
- Un rappel de ce que leur offrent le site ou les sentiers pour se garder en santé ;
- Une valorisation de l'environnement dans lequel on pénètre, ce qui soutient une invitation à le respecter ;
- Sacraliser et protéger le lieu contre le vandalisme : dans la mesure où il s'agira d'un lieu voulu par la collectivité, ayant fait l'objet d'une consultation de quartier, entretenu bénévolement et portant la marque des gens du quartier.

Dans la mesure où les portes d'accès plein air connaîtront le succès, il serait possible porter le concept un peu plus loin sous la forme *d'abri plein air* ou de *mini-chalet d'accès plein air*. Un peu plus de surface pourrait permettre :

- Une toilette à compost ;
- Une douche extérieure avec paravents ;
- Une source d'eau potable ;
- Un affichage électronique de la programmation ;
- Et bien d'autres activités...

Ce type de lieu pourrait être animé par une petite équipe de quartier agissant bénévolement et pouvant comprendre :

- Quelques « rôle ,model » de pratique d'activités ;
- Un médecin ou une infirmière ;
- Un travailleur de rue.

Coop PA-O – L'hypothèse d'une coopérative de services en plein air

Cette formule, encore à définir, a été proposée à la table pour les motifs suivants :

- l'idée de coopération contient un degré d'engagement personnel par les membres plus grand que ne le fait la formule d'OBNL. Elle comporte aussi une composante d'action concrète ;
- la formule de coopérative permet de réunir une variété de membres dans un but très précis, par exemple : celui de fournir des services aux membres. Elle ne suppose pas de fusions d'OBNL, n'a pas pour but de représenter les membres, par exemple, auprès des pouvoirs politiques.

En somme, pourquoi une coop ? Pour donner des services concrets, avec participation accrue des membres, y compris au plan financier.

Il serait à propos de consulter l'organisme québécois dédié à la création de coopératives, pour obtenir de l'aide à la conception finale et à la mise en place de l'organisation.

À défaut d'un consensus sur la forme coopérative, il serait possible de prolonger la formule de la *table plein air élargie* et de la faire évoluer vers un « Regroupement plein air de l'Outaouais », sans statut juridique, avec le soutien de Loisir sport Outaouais comme animateur et, au besoin, fiduciaire.

Quelques tendances de fond pour demain

Un désir de contact quotidien avec la nature

Il y a trente ans, faire du plein air, c'était rouler longuement sur les routes pour arriver à un endroit de nature qu'on souhaitait absolument vierge. Cette aspiration est encore présente, mais réservée aux grandes fins de semaine... et aux plus aguerris. On assiste donc à une forte demande pour un plein air de ville, associé à une seconde demande : la présence plus abondante de nature, tout particulièrement des arbres, dans nos milieux résidentiels. Une demande qui vient maintenant en tête des sondages sur les attentes des citoyens des villes.

Cette tendance est attestée, notamment par les organisations qui font la promotion de l'activité physique et les organisations de veille en loisir. Ces organisations font des remarques analogues, à l'appui d'une version élargie du plein air, comme celle qu'on trouve plus bas.

Des activités peu structurées et libres

Dans le passé, la définition du plein air a suscité de longs débats, une définition de combat, pourrait-on dire : il fallait lui faire une place ! On convient de plus en plus qu'il s'agit d'accueillir plusieurs pratiques¹⁰ au sein d'un mouvement ample qui se distingue de plusieurs manières :

- des activités qui ont comme caractéristiques communes une pratique libre, à l'extérieur, valorisant la présence de plus en plus importante de nature et une relation de connaissance, d'émerveillement, voire de symbiose avec cette nature ;
- des pratiques qu'on voudrait plus régulières, voire quotidiennes ;
- et en conséquence un milieu de pratique et des aménagements qui vont des quartiers urbains jusqu'à la grande nature ;
- des outils (types de skis, d'embarcations) qui évoluent en se diversifiant rapidement ;
- des pratiques portées par les quatre volets du développement durable : conservation, connaissance de la nature et biodiversité (écologie), large accessibilité (volet social), valorisation du patrimoine (culture), équipements et vêtements spécialisés, tourisme (économie) ;
- l'absence ou la quasi absence d'esprit de compétition comme motivation aux pratiques ; des pratiques qui ne nécessitent pas l'organisation en groupes de pairs ; qui sont facilement pluri-générationnelles et familiales ;
- l'absence d'utilisation d'engins motorisés, sauf pour des besoins d'entretien, d'encadrement et de sécurité.

¹⁰ On constate une rapide évolution des pratiques et des « véhicules » de plein air. Modes ou éléments durables, difficile de le savoir. C'est pourquoi le texte du Plan d'action ne fait pas une liste des pratiques qui se voudrait complète. Aux côtés des valeurs durables mentionnées nommément, comme la randonnée pédestre, la raquette, l'observation de la nature, le ski de randonnée, le vélo, le canot ou le kayak, le lecteur doit comprendre que de nombreuses autres pratiques sont accueillies dans la notion large de plein air que propose le Plan.

Des pratiques différentes de celles du sport et des loisirs motorisés

On le comprend, cette conception diffère de la pratique sportive qui se fait généralement entre pairs (âge notamment), en équipes, selon des règles, avec un arbitre et dans un encadrement physique

normé, même à l'extérieur. Cette conception n'inclut pas non plus les pratiques nécessitant des équipements motorisés individuels.

Les pratiques de plein air s'affirment donc différentes. Mais pour autant, les pratiquants sont invités à respecter les choix et les valeurs qu'elles représentent pour les pratiquants d'activités voisines ; ce que propose la vision régionale du plein air. Toutefois, le partage des mêmes sites et pistes par les utilisateurs de véhicules motorisés n'est habituellement pas souhaitable pour des raisons de sécurité.

Popularité des corridors verts

On assiste à une montée en popularité de l'aménagement de corridors verts. Cette formule d'aménagement urbain date des années 1930. Plusieurs villes se sont dotées de tels réseaux depuis les années 1950 (par exemple Oslo et Toronto). Plus récemment, la ville de Saguenay et Montréal se sont lancées dans l'aventure (voir les références en annexe). Ces deux expériences « locales » ont quelques points en commun. Elles ont été lancées par des OBNL ; elles comptent autant sur les terrains publics municipaux que sur la collaboration des propriétaires privés pour faire exister ces corridors ; enfin, elles misent sur la plantation massive d'arbres.

Tourisme et plein air : pour faciliter la coopération et éviter les confusions

L'intégration du « plein air » dans le giron du « tourisme » et ses déclinaisons (récréo-tourisme ou loisir touristique) à la fin des années 1970 au Québec, a contribué à voiler la force mobilisatrice de l'expression et des pratiques de plein air. Elle a aussi engendré une confusion durable à propos des clientèles visées. Finalement, sans que ce soit le but recherché par les auteurs de la manœuvre (plein air = partie du tourisme), l'opinion la plus répandue a semblé opter pour tout mettre dans le même sac, en estimant que ce qui attire le touriste conviendrait parfaitement à l'adepte local. L'erreur saute aux yeux !

Le Plan propose donc de jeter les bases d'une culture du plein air en commençant par donner accès aux pratiques les plus simples et en s'adressant en priorité aux générations montantes et aux citoyens qui n'ont pas les moyens de parcourir de longues distances pour fréquenter des sites naturels. Parallèlement, le Plan propose de former les acteurs à l'aménagement des infrastructures, à la gestion des organisations et à un récit d'appropriation de la nature intégrant les nombreux éléments qui ont façonné l'histoire de l'Outaouais. Ces axes majeurs de l'action sont susceptibles de créer un environnement de personnes qui comprendra bien la valeur de l'offre régionale de plein air, ses pratiques d'aménagement et ses besoins d'utilisation du territoire (autorisations de passage).

Les développements prendront en considération le secteur touristique même si la clientèle ciblée en priorité, ce sont les citoyens. Dans de nombreuses situations, il est possible de planifier les aménagements, les accès, la signalisation, les services disponibles en fonction de l'achalandage et des besoins d'une clientèle locale, tout en prévoyant ceux des visiteurs potentiels. Même chose pour la promotion.

Enfin, les besoins locaux en développement économique peuvent dicter des choix qui donnent une grande importance à la création d'emploi en plein air pour développer une offre s'adressant à une clientèle touristique intra-régionale ou extrarégionale. Il s'agit encore d'une utilisation du plein air pour répondre aux besoins des citoyens de la région – le besoin d'emploi en l'occurrence. Ce qui importe, c'est d'être clair : la réponse aux besoins de santé d'une population par le plein air entraîne des investissements différents (choix de lieux et choix d'activités) de ceux qui veulent répondre aux besoins d'emplois par le plein air.

Les composantes possibles d'un récit plein air de l'Outaouais

Une culture de plein air se compose de plusieurs éléments que les intervenants voudront transmettre aux pratiquants qu'ils accueilleront ou encadreront lors de leurs expériences de plein air. Préalablement, on aura eu le souci de former ces intervenants pour les rendre capables de transmettre ces composantes techniques, naturelles et culturelles.

Une initiation aux pratiques

Tout apprentissage d'une activité nouvelle suit un rituel grâce auquel le nouveau pratiquant découvre :

- Comment s'habiller : chaleur, froid, transpiration, poids, etc. ;
- De quel équipement il aura besoin, un équipement adapté à lui ;
- La durée minimale de l'expérience et ses difficultés prévisibles ;
- L'adaptation aux niveaux d'efforts requis ;
- L'importance et le rôle du groupe ;
- Les précautions à prendre – savoir assurer au moins en partie sa propre sécurité.

L'apprentissage de la nature

La formation du relief

Les affleurements rocheux, omniprésents, enseignent l'histoire de la terre : la *Province de Grenville* devrait être considérée comme un personnage de l'Outaouais, puisque c'est un de endroits du Québec méridional où sa présence est la plus perceptible, notamment le long des routes. On peut y observer les mouvements très anciens des sédiments rocheux et leurs riches couleurs. L'inventaire régional existe déjà et une organisation anime des sorties de découverte.

La biodiversité la plus riche du Québec

Les inventaires réalisés par les biologistes placent la région en tête pour sa biodiversité. La variété des espèces animales peut devenir un élément captivant du récit, tout comme les essences d'arbres, y compris leur signification dans la pharmacopée amérindienne, dans leurs usages quotidiens et dans leur spiritualité.

Les personnages du récit : une histoire humaine de la région

Les personnages mythiques de l'Outaouais sont distincts et on a vraiment le choix :

Le *paléo-indien* du 4^e siècle avant notre ère, sa recherche de *chert* pour faire des pointes de flèches ;

L'*algonquin* du 14^e siècle de notre ère, sa cosmogonie et ses traditions ;

Samuel de Champlain, ses passages et ses campements dans la région ;

Le *coureur des bois* – peut-être Radisson et Des Groseillers – la saga du canot et de la traite des fourrures ;

Le *voyageur* en route vers les « Pays d'en haut » dans son « canot de maître », au service des grandes compagnies, dont la *Compagnie de la Baie d'Hudson*. Et les innombrables chansons qui rythmaient leur course sur l'Outaouais ;

Le *loyaliste* fuyant (déjà) les États américains ;

Le *bûcheron*, le *cageux*, l'*industriel du bois* et le *pin blanc* : chantiers, chasse-galerie, flottage du bois ;

Le *prospecteur minier*.

Les bénéfices personnels et sociaux

La mention des bénéfices personnels et sociaux est aussi une information intéressante pour le pratiquant novice : sa santé, les liens communautaires, la prise de responsabilité par des jeunes, la fierté. Autant de « sous-produits » du plein air qui peuvent nourrir sa motivation à revenir en nature, ou à « tâter » d'une autre activité.

Annexe 1- Liste des participants

Les personnes suivantes ont participé à une ou plusieurs rencontres de la table plein air dans le cadre de la conception du PAPA-O, ou ont répondu à une consultation sur le sujet. Certaines personnes n'ont pu participer, mais leur nom a été maintenu dans la liste.

Bélanger, Jean-Marie, Association Chiens de traîneau du Québec

Bélec, Pierre, consultant en plein air et mentor pour la table

Brousseau, Mélissa, Corporation des loisirs de Papineau

Carl, André, PERO et maire de Ste-Thérèse-de-la-Gatineau

Castonguay, Jean, Collège Héritage

Chakib, Ahmimed, coordonnateur culture, loisir et sport, MRC Pontiac

Cléments, Carl, CISSO

D'Entremont, Alain, CCN, Gestionnaire principal, services aux visiteurs et programmes récréatifs, Parc de la Gatineau et terrains urbains du Québec

Delisle, Frédérique, directrice générale, Loisir et Sport Outaouais

Dumont, Benjamin, Base de plein air Air-Eau-Bois

Gacem, Yess, Directeur, Service des loisirs, Ville de Gatineau

Gravel, Patrick, Coopérative la Forêt et les gens

Guimond, Éric, enseignant, Commission scolaire Portage de l'Outaouais

Lampron, Réjean, conseiller en développement local et responsable du mentorat, CLD des Collines-de-l'Outaouais

Laurenzetti, François, UQO

Maltais, Éric, CPE

Marinier, Caroline, agente de développement touristique, MRC de la Vallée-de-la-Gatineau

Massé, David, Coopérative Solution Nature et Conception plein air

Ouellet, Philippe, Rafting Momentum

Pirsch, Alexandre, Ville de Gatineau

Veillette, Normand, Loisir, Sport Outaouais

Veilleux, Nathalie, gestionnaire des centres de plein air, Ville de Gatineau

Velasco, Emerson, conseiller au développement, Tourisme Outaouais

Annexe 2 - Documents majeurs qui ont jalonné la démarche

(à reproduire au complet en annexe) :

- Loisir sport Outaouais, *Rapport sur la journée de réflexion sur le plein air*, 25 septembre 2015, 12 pages.
- Loisir sport Outaouais, *Portrait sur le plein air en Outaouais*, 10 janvier 2017, 14 pages.

Annexe 3 - Documentation de référence

PAPA-O Annexe 3

Documentation de référence

Les choix du Plan d'action plein air de l'Outaouais sont d'abord fondés sur la démarche entreprise depuis 2012 par la table plein air, démarche qui a mis à contribution la majorité des intervenants du domaine dans la région. Ces choix sont aussi largement étayés par des recherches, énoncés de politique et publications récents. Quelques documents sont présentés ici.

Le portail plein air, projet prioritaire du Plan sera lui-même une source documentaire, puisqu'il comprendra un premier volet d'inventaire donnant une image se voulant complète de l'offre régionale actuelle. Et comme on prévoit l'utiliser pour recueillir des données sur la pratique effective des citoyens de la région, ainsi que sur la satisfaction et les préférences des utilisateurs des ressources plein air de la région, il pourra fournir des indications précieuses qu'aucune donnée statistique n'est encore en mesure de produire.

Les principaux fondements du Plan peuvent se résumer ainsi :

- Le plein air est la principale demande en activité physique
- Centrer l'offre de plein air sur les citoyens de la région et près de la maison
- S'adresser d'abord aux enfants
- L'offre de plein air est d'abord une affaire de santé publique.

1- Le plein air, principale demande en activité physique – marche et vélo en tête

Les données statistiques sont constantes sur la question depuis des décennies, tant au Canada qu'aux États-Unis. Plus récemment, les données produites introduisent la pratique « près de la maison ». Au sommet des palmarès successifs, deux activités : la marche et le vélo.

Selon Statistiques Canada, 67% des ménages québécois s'adonnent à des activités dehors, à proximité (distance un peu élastique selon les exigences de l'activité) de la résidence. La marche est pratiquée par 50% des ménages canadiens, tandis que 22% font du vélo. En comparaison, l'ensemble des sports d'équipe rallie environ 8% des ménages canadiens. (Source : *Les Canadiens et la nature*, données de 2013, publiés en 2015).

Marche et randonnée pédestre

Le chiffre de 50% pour la marche se répète d'un sondage à l'autre : *Étude de la Chaire en tourisme de l'UQAM - 2002*, où l'on observe une participation supérieure des femmes ; *Observatoire québécois du loisir - 2007*. Plus discriminante, l'étude de 2015 sur la randonnée pédestre, effectuée par la Chaire

en tourisme de l'UQAM (*Profil de la clientèle québécoise pratiquant la randonnée pédestre, la raquette et la marche hivernale – octobre 2015*) adopte une notion plus restrictive de la randonnée (sur « sentiers tracés en pleine nature, loin des villes »). Elle rejoindrait tout de même 40% des Québécois, dont 54% de femmes. Cette dernière étude distingue plusieurs catégories de randonnées : courte (40% des Québécois), longue (27% des randonneurs québécois), raquette (16% des Québécois) et marche hivernale (25% des Québécois). Ses données seraient très utiles pour concevoir la manière dont le portail internet s'adressera aux utilisateurs (par exemple, l'étude traite la façon dont les randonneurs - principalement les femmes - s'informent de leurs destinations). Elle est également très instructive sur les services attendus, les moments de pratique, etc. L'Outaouais attire encore très peu de randonneurs, qu'ils soient de la région ou d'ailleurs au Québec. Les pratiquants se concentrent sur Montréal, les Laurentides, la Montérégie et Québec. Certainement l'indice d'un potentiel inexploité ou peu connu comme accessible.

Vélo de loisir et de transport

L'État du vélo, édition 2015 est la cinquième étude quinquennale produite par Vélo Québec. Exhaustive, elle nous apprend que 4,2 millions de Québécois sont cyclistes, dont 3,2M d'adultes. 2,7M de Québécois en font toutes les semaines et 1,9M utilisent le vélo comme moyen de transport. Comme pour la marche, les études citées plus haut confirment cette grande importance du vélo parmi les activités physiques pratiquées par les Canadiens et les Québécois. Le vélo recrute une clientèle de 55% d'hommes et de 45% de femmes. Et le réseau cyclable du Québec s'étend sur 12 000km. Le vélo de montagne compte 620 000 adeptes adultes, un chiffre comparable aux statistiques du ski de fond, du hockey et du ski alpin ; ils fréquentent 2 200km de pistes. Le fat bike, en progression rapide, compte déjà 500km de pistes.

Analyse fort intéressante, l'État du vélo estime la valeur du vélo comme activité physique à hauteur de 2,6 milliards\$ par année, selon la méthode HEAT de l'Organisation Mondiale de la Santé.

2- Centrer l'offre de plein air sur les citoyens de la région et « près de la maison »

Malgré des taux de participation plus élevés pour les pratiques de plein air que pour les autres types d'activités physiques, il demeure que les Québécois ne sont pas suffisamment actifs. Le bon sens invite à miser sur des pratiques déjà populaires pour augmenter le taux général d'activité quotidien.

On assiste depuis quelques années à plusieurs initiatives de villes à travers le monde pour rapprocher la nature des milieux résidentiels, sous la forme de parcours naturels boisés, afin de stimuler l'appropriation de ces milieux par les citoyens. La revue des architectes paysagistes du Canada en a fait le dossier principal de son édition du printemps 2017.

Voir sur internet : *Landscape Paysages CSLA*, choisir l'édition du début d'année : vol 19, no 1 « *big large* ».

Au Canada, la Ville de Toronto a fait des corridors naturels une caractéristique majeure de son aménagement

Voir sur internet : *Toronto Ravine Strategy*. Ce vaste aménagement a suivi un ouragan catastrophique survenu en 1954 (Ouragan Hazel) : les ravins coulant vers le lac Ontario ont débordé et causé de nombreuses pertes de vie. Peu après, on s'est mis à aménager ces coulées naturelles, qui sont devenues le cœur du système de parcs de Toronto.

Au Québec, deux exemples de projets en développement actuellement.

Projet de Saguenay

Voir : www.corrivert.org/pdf/corrivert.pdf

Responsable : Gille Tremblay, Les verts boisés du fjord ; projet de corridors verts pour la ville de Saguenay. Cette ville est constituée d'anciennes villes physiquement séparées les unes des autres.

Projet de Montréal

Voir www.corridorsvertsmtl.org

Responsables Soverdi et Concertation-Montréal. Il s'agit de l'application de cartographie qui présente les projets formant le futur réseau des corridors verts de Montréal.

Dans un livre récent retraçant l'histoire du plein air au Québec, les auteurs, observateurs et acteurs du développement du plein air depuis les années 60, concluent à un mouvement qui ramène la demande pour le plein air dans le milieu urbain. :

LARUE, Paul et BÉLEC Pierre. *Le Québec en plein air*, Québec Amérique, 2016, 304 pages

3- S'adresser d'abord aux enfants

La documentation disponible accorde un statut de priorité à cette question.

3.1 En 2015, Particip'Action créait la surprise en proposant un changement de cap radical, prenant position pour que désormais, on éduque les enfants en les faisant jouer dehors, de manière tout à fait libre (pas de règles, pas de programme, pas de gestes à répéter, etc.). Cet énoncé de position est le fruit du travail d'une équipe pancanadienne de 14 scientifiques, rédigé sur la base de deux vastes revues de publications et validée auprès de 1 600 répondants. L'énoncé est attaché à la fin de cette annexe, sous le titre :

Position – Énoncé de position sur le jeu actif à l'extérieur. Disponible sur le site de Particip'Action.

L'affirmation centrale de l'énoncé de position est la suivante :

« L'accès au jeu actif à l'extérieur et dans la nature, avec les risques que cela comporte, est essentiel au développement sain de l'enfant. Nous recommandons d'augmenter les occasions que les enfants ont de jouer de façon autonome dehors, dans des environnements variés, soit à la maison, à l'école, au service de garde, dans la communauté et dans des environnements naturels. »

3.2 Les Scandinaves nous ont précédés dans cette voie. Un article paru dans l'Actualité expose comment les services de garde et les institutions d'éducation de niveau primaire en Norvège, en Suède et dans d'autres pays nordiques en sont venus à pratiquement garder les enfants dehors presque tout le temps, en toute saison, et quels résultats positifs ces pratiques en engendrés. FRANÇOIS, Muriel, *Pour apprendre, allez dehors*, L'Actualité, septembre 2014.

3.3 Le livre de François Cardinal, éditorialiste en chef du journal La Presse, est à la fois un plaidoyer et une méthode pour amener les enfants à jouer davantage dehors.

CARDINAL, François. *Perdus sans la nature, pourquoi les jeunes ne jouent plus dehors et comment y remédier*. Québec Amérique, 2010, 203 pages.

4- L'offre de plein air est d'abord une affaire de santé publique.

On l'a vu, l'objectif santé apparaît dans pratiquement tous les principaux choix du plan identifié plus haut.

Une vaste recherche documentaire effectuée par le Dr François Reeves sur la relation entre la nature - les arbres en particulier - et la santé, a révélé des résultats étonnants sur les relations entre la qualité de l'air, les arbres et les taux de morbidité par maladie cardiaque.

REEVES, François, dr. *Planète Cœur*, Éditions MultiMondes, 2011, 200 pages

S'appuyant sur ces quelques 500 recherches effectuées en Occident et au Japon, il en arrive à affirmer que : « Par leur capacité à réguler le milieu, filtrer les polluants aériens et par émissions de protéines arboricoles bénéfiques à notre bien-être, les arbres urbains sont un facteur essentiel de santé cardiovasculaire » interview citée dans *Le Québec en plein air*, page 229.

On aura noté dans la citation qu'au-delà de la filtration des polluants aériens, *l'émission de protéines arboricoles* signifie que les arbres émettent des molécules bénéfiques aux humains, tout particulièrement présentes dans les milieux boisés – résultat de recherches japonaises sur l'effet *shinrin yoku*, le bain de forêt.

Le docteur Reeves a beaucoup à dire sur les pratiques de plein air directement sur les voies publiques achalandées par les véhicules à essence : joggeurs et cyclistes mettent plutôt leur santé cardiaque en danger en absorbant à pleins poumons les fines particules rejetées tout près d'eux par ces véhicules. Une position qui renforce l'idée de corridors boisés partant d'un point bien urbain comme les écoles et les garderies pour se rendre par ces corridors protégés jusqu'aux sentiers en périphérie.

Au final, les constats du Dr Reeves appuient la plantation massive d'arbres dans les quartiers habités, mais tout particulièrement là où ont lieu des activités extérieures.

Des recherches de l'INSPQ vont dans le même sens :

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *Les espaces verts urbains et la santé*, préambule du document *Le Québec et les changements climatiques, un défi pour l'avenir – 2006-2012*. Publication 1274, 2011, pages 2-3. Citant une étude de 2007 de Vergriete et Labrecque L'étude compare les taux de polluants d'une rue bordée d'arbres avec une autre dont la végétation est absente.

Finalement, un site de l'université de Washington, dirigé par la professeur Kathleen Wolf, recense un très grand nombre d'études sur les liens entre les arbres, les humains et leur santé : www.greenhealth.washington.edu.



LOISIRSPORTOUTAOUAIS.COM

390, Ave Buckingham
Gatineau (Québec)
J8L 2G7