



LES VALEURS DE RÉFÉRENCE

Le plein air de proximité

Le « plein air de proximité » est un concept relativement récent qui a trouvé un sens particulier au Québec dans le contexte pandémique qui s'est développé depuis le printemps 2020. Le confinement a notamment eu pour effet de populariser comme jamais tous les lieux de plein air accessibles à faible distance des lieux de résidence. Les municipalités ont dû composer avec cet engouement, qui s'est traduit par un achalandage important, voire un surachalandage des parcs publics, des espaces naturels et d'autres infrastructures comme les pistes cyclables ou multifonctionnelles.

Le ministère de l'Éducation, en collaboration avec la Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA), a produit en 2021 un guide sur cet enjeu, intitulé *Le plein air de proximité : un outil pour le développement local et municipal!* Cette initiative ne pouvait mieux tomber.

La présente fiche fait ressortir les éléments les plus pertinents de ce guide pour les municipalités.

QU'EST-CE QUE LE PLEIN AIR DE PROXIMITÉ?

Le plein air de proximité se distingue notamment par ses lieux de pratique, situés principalement dans les espaces naturels des villes et des villages. Ils se trouvent dans des espaces ouverts, près des différents milieux de vie, tels que les zones d'habitation, des écoles, des milieux de travail, des centres d'hébergement ou des milieux de garde. Ils permettent à la population un contact régulier (et même journalier) avec la nature.

On peut penser à des sentiers, à des parcs, à des plans d'eau, à des parcs nautiques, à des corridors verts, blancs ou bleus, à des terrains et des espaces naturels (aménagés ou non). Ces lieux de pratique sont facilement accessibles, entre autres par un moyen de transport actif, et le temps de déplacement pour y arriver est court et raisonnable. Il faut de 10 à 15 minutes pour s'y rendre à pied ou à bicyclette. Le plein air de proximité s'intègre facilement à la routine et contribue à un mode de vie physiquement actif.



© Vélo de montagne à la forêt récréative de Val d'Or, Marie-Claude Bédard

Les activités sont simples d'exécution, requièrent peu ou pas de formation ou d'équipement spécialisé. Elles ne sont pas compétitives ni motorisées. Propices à l'initiation, à la découverte et à l'expérimentation, elles se pratiquent tout au long de l'année. Elles sont faciles et abordables, selon les intérêts du moment et le temps disponible.

Extraits de *Le plein air de proximité : un outil pour le développement local et municipal!*, p. 6-7

LES AVANTAGES POUR LA MUNICIPALITÉ

Les municipalités, quelle que soit leur taille, ont tout avantage à créer, à développer et à promouvoir des lieux de pratique et des espaces naturels de proximité pour des activités de plein air. Vu l'importante demande des citoyens pour un accès à la nature et pour des activités non encadrées et autonomes, la proposition d'une offre de loisirs différente, en lien avec l'évolution actuelle du loisir municipal, s'avère fort à propos. Le plein air de proximité peut être un atout intéressant pour retenir les citoyens et améliorer leur qualité de vie, tout comme il peut soutenir les municipalités qui souhaitent attirer de nouveaux et mettre de l'avant leurs espaces naturels afin d'en faire leur image de marque. (*Le plein air de proximité : un outil pour le développement local et municipal!*, p. 8)

Les bienfaits des activités de plein air sur les individus, notamment ceux qui fréquentent les parcs publics, sont bien connus¹. On parle principalement de santé, physique et mentale, mais pour les municipalités, les avantages doivent aller au-delà. En ce qui concerne plus particulièrement le plein air de proximité, le guide *Plein air de proximité : un outil pour le développement local et municipal!* parle des retombées collectives suivantes (p. 12 à 14) :

- **Retombées économiques** : hausse de la valeur foncière des résidences situées à proximité d'espaces verts aménagés et fonctionnels, attraction des entreprises et des employés qui recherchent un milieu « où il fait bon vivre », augmentation du potentiel touristique.
- **Retombées sociales** : communautés plus solidaires, plus grand sentiment d'appartenance et d'attachement au milieu de vie, diminution du taux de criminalité et d'incivilité, inclusion sociale accrue des enfants et des adolescents des diverses communautés culturelles, revitalisation de quartiers défavorisés.
- **Retombées environnementales** : contribution à la lutte contre les changements climatiques, protection des richesses naturelles, amélioration du milieu de vie de la faune, des insectes et des plantes, diminution des inconforts associés à la pollution, développement de la conscience environnementale des citoyens.



© Ski de patin, Ville de La Tuque

¹ Voir à ce sujet la fiche *Le plein air et la nature*. L'introduction du *Guide des parcs et autres espaces publics* aborde aussi ces bienfaits : voir *Les parcs publics, un service essentiel*.

ENJEUX ET PISTES D'ACTION

Les municipalités gèrent des parcs publics depuis plus d'un siècle au Québec². Ce faisant, elles ont développé un savoir-faire considérable dans l'aménagement et la gestion de ces espaces, et même dans la naturalisation d'espaces publics. Bien avant qu'on parle de plein air, et encore plus de plein air de proximité, elles offraient à leurs citoyens des lieux naturels où jouer, pratiquer des sports, se promener, respirer sainement et découvrir des éléments naturels. Le plein air de proximité et ses enjeux s'inscrivent donc parfaitement dans la mission et les champs d'action municipaux.

Le plein air de proximité va cependant au-delà des parcs. Les réseaux cyclables, pistes et sentiers favorisant les déplacements actifs se sont multipliés au cours des dernières décennies, mais tous n'offrent pas la possibilité d'un contact avec la nature, d'où l'importance d'assurer leur verdissement. Aussi, l'accès aux sites riverains est devenu une question épineuse³, les milieux scolaires et de la petite enfance réalisent de plus en plus de projets éducatifs en plein air dans des lieux de proximité et certains espaces autrefois ignorés sont susceptibles d'offrir de nouvelles possibilités de pratique d'activités de plein air, par exemple ce que l'on appelle les « espaces naturels de loisir informels⁴ ».

Comment entrevoir désormais le rôle des municipalités dans le contexte en constante évolution du plein air de proximité? Voici comment *Le plein air de proximité : un outil pour le développement local et municipal!*, présente les enjeux et les pistes d'action au niveau municipal.



© Kayak au Marais du Nord, Office du tourisme de Québec, Francis Fontaine

- 2 Voir à ce sujet la fiche *Brève histoire des espaces de jeu publics*.
- 3 Dans certaines municipalités, les accès aux cours d'eau ou aux plans d'eau sont rares, faute d'espaces publics riverains. On parle aussi d'une tarification à double vitesse (résidents et non-résidents) pour les ports de plaisance et les descentes de bateaux.
- 4 Voir à ce sujet « Les bienfaits de la nature en ville et des espaces naturels de loisir informels », par Sylvie Miaux et Julie Fortier, de l'UQTR, dans *Agora Forum, automne 2021-hiver 2022, vol. 44, no 2, p. 37*.

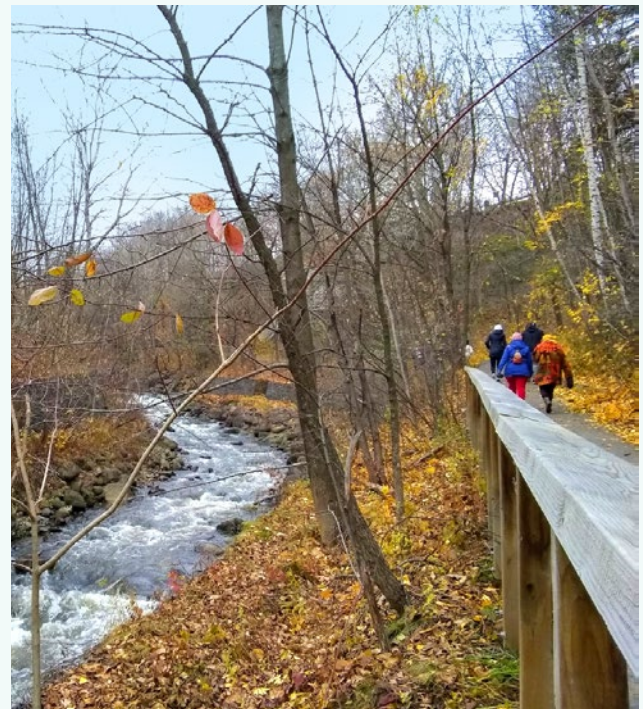
- **Faciliter l'accès au plein air de proximité.** Il faut principalement créer, développer et préserver des espaces naturels au sein des noyaux urbains des grandes villes, des centres des villages et dans les banlieues où il y a étalement urbain. (P. 15-17)
- **Faire du plein air une expérience de qualité,** y compris en hiver. Entretien et qualité des aménagements, partage harmonieux des espaces, sécurité des lieux, préservation de la beauté des paysages sont quelques-unes des pistes d'action proposées. (P. 22-25)
- **Promouvoir l'offre de plein air.** On suggère notamment aux municipalités de développer un plan de communication de l'offre de plein air qui met à profit la pluralité des moyens d'information disponibles. (P. 26-29)
- **Favoriser la concertation et assurer un leadership.** Le plein air de proximité est le fruit d'un véritable travail d'équipe et ne peut reposer sur un seul intervenant. Il relève d'une gouvernance partagée et complexe, qui s'étend parfois au-delà des frontières de la municipalité et qui regroupe des acteurs de divers horizons. Pour assurer le développement et la pérennité des lieux de pratique, il incombe aux municipalités de bien définir leur mandat en plein air, d'agir en leaders et de s'allier à des partenaires compétents et impliqués, tout en priorisant les besoins et les intérêts de leurs communautés. (P. 31-34)

UNE INVITATION

Les municipalités ont tout avantage à investir et à s'investir dans la planification, le développement et la promotion d'espaces naturels et de lieux de pratique de plein air de proximité, les Québécoises et Québécois étant de plus en plus nombreux à vouloir bouger dehors, en contact avec la nature, près de leur milieu de vie. Il est important que les municipalités se réapproprient les espaces naturels et les sites de plein air de proximité sur leur territoire pour que l'ensemble de leur communauté bénéficie des bienfaits et des retombées du contact avec la nature, dans un souci de démocratisation du plein air.

Extrait de *Le plein air de proximité : un outil pour le développement local et municipal!*, p. 35

Pour en savoir plus, voir ministère de l'Éducation, [Plein air de proximité](#).



© Sentiers de marche au parc linéaire de Beauport, courtoisie Ça marche doc!