

PARCOURS VERTS ET ACTIFS

PARCOURS VERTS ET ACTIFS : J'AI MA RUELLE À CŒUR !

Regroupement des
éco^{quartiers}
quartiers



A man crouching on the left, wearing a white t-shirt, a blue baseball cap with a red 'B' logo, and dark shorts. He is looking towards the camera.

A woman crouching next to him, wearing a patterned sports bra, dark shorts, and white gloves. She has sunglasses on her head and is smiling.

A man crouching in the middle, wearing a light blue t-shirt, glasses, and blue jeans. He is smiling.

A woman crouching next to him, wearing a maroon tank top, dark shorts, and sandals. She is smiling.

A woman crouching next to her, wearing a white tank top, dark shorts, and red flat shoes. She has a surprised expression.

A man crouching on the right, wearing a black t-shirt with a tiger graphic, dark pants, and a grey cap. He is pointing towards the camera.

PARCOURS
VERTS ET

LES RUELLES VERTES DE MONTRÉAL, C'EST...

- **Initiative citoyenne** en collaboration avec les éco-quartiers
- **Plus de 300 projets de ruelles vertes** et 60 kms de ruelles verdies
- Améliorer la **qualité de son milieu de vie**
- Tisser des **liens** avec les membres de son voisinage
- **Apaiser la circulation** et sécuriser les déplacements
- Contribuer au développement durable, à la **réduction des îlots de chaleur urbains**, à la **gestion des eaux pluviales** et à la **biodiversité**.

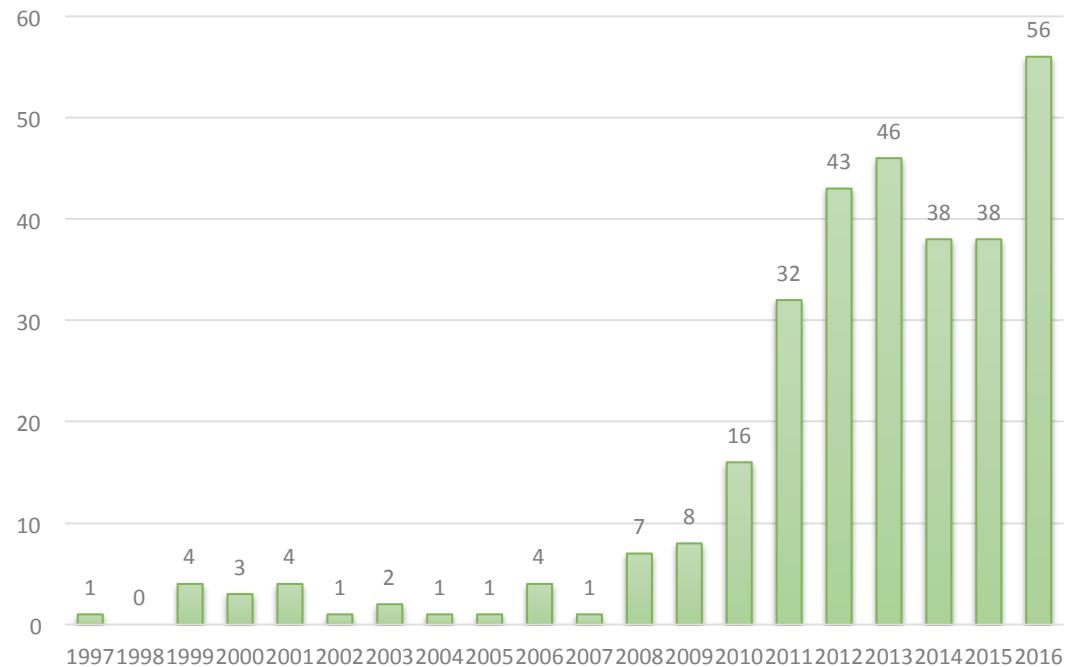
Notre ruelle est un lieu de
rencontres, d'amusement et d'harmonie
entre la nature et les gens de tous âges qui
y vivent. Elle est un héritage pour
les générations futures...



**PARCOURS
VERTS ET ACTIFS**
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES RUELLES VERTES DE MONTRÉAL, C'EST...

**Plus de 87 % des
ruelles vertes
dans lesquelles
les éco-quartiers
impliqués ont été
réalisées depuis
2010 !**



Nombre de ruelles réalisées par année dans lesquelles les éco-quartiers ont été impliqués



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES RUELLES VERTES DE MONTRÉAL, C'EST...



Emprise des ruelles à Montréal (en gris)

Source : La Presse, François Cardinal

UN POTENTIEL
ÉNORME

60 KM DE RUELLES VERTES

**SUR 500 KM DE RUELLES
CONVENTIONNELLES**



Delphine Delair Photographie



Crédit : Justine Serrager

QU'EST-CE QUE LES



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

- Initiative du Regroupement des éco-quartiers
- 4 parcours répartis dans 3 arrondissements :
 - Mercier-Hochelaga-Maisonneuve
 - Rosemont
 - La Petite-Patrie
 - Le Sud-Ouest
- Parcours propices à l'**activité physique** avec les caractéristiques suivantes:
 - connexion des ruelles vertes existantes
 - connexion des principales destinations du quartier
 - connexion aux parcs, pistes cyclables et infrastructures sportives

QU'EST-CE QUE LES

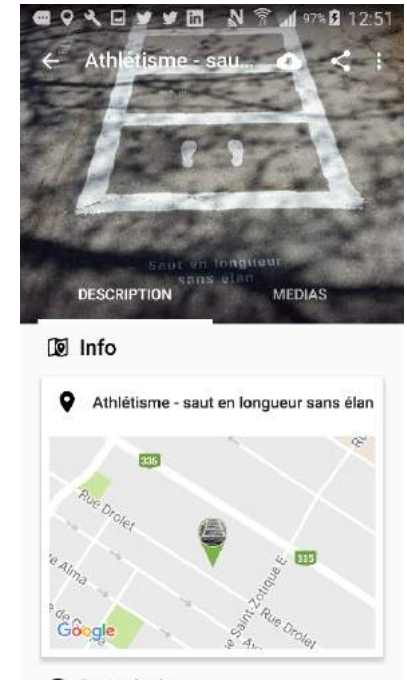
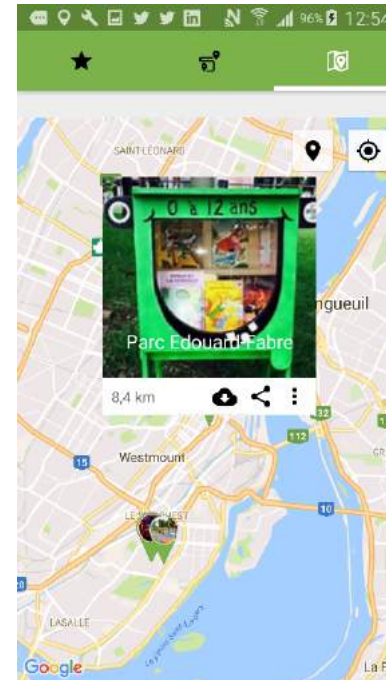


- De 3 à 5 kilomètres / Parcours verts et actifs
- 1 application mobile
- 4 thèmes : Activité physique
Environnement et citoyenneté
Histoire et patrimoine architectural
Arts et culture

Un projet appuyé par **je fais mtl** et



L'APPLICATION MOBILE



Création de capsules ludiques



Les Petites Foulées, Rosemont-La Petite-Patrie

Crédit : SODER

Points d'intérêts



Crédit : Archives de la Ville de Montréal



Mise en valeur du patrimoine, de l'art et de la culture

Points d'intérêts



Mise en valeur de la biodiversité



Personnes visées par le projet :

Les familles, les citoyens de Montréal et les touristes qui désirent sortir **des sentiers battus** et **découvrir les quartiers de la métropole**.

Les ruelles vertes sont **une signature pour Montréal** et bénéficient d'une couverture médiatique internationale.

Utilisez-vous la ruelle pour vous déplacer ?

- *C'est un moment de mon parcours vers le métro qui semble hors du brouhaha de la ville.*
- *Je m'y déplace à vélo ou à pied, préférant passer par les ruelles parce que **j'aime les ruelles.***
- *J'utilise les ruelles dans mon **parcours de course***
- *Pour marcher vers l'école ou retourner à la maison, aller en vélo pour **éviter la rue avec nos enfants***
- *Les enfants jouent presque tous les jours ensemble le soir l'été dans la ruelle !*
- *Les enfants font du vélo, de la trottinette, du hockey etc. dans la ruelle.*



À peine **30 %** des jeunes montréalais atteignent les recommandations d'être physiquement actif.

Le fait d'avoir remplacé nos **activités récréatives en plein-air** par des **comportements sédentaires** contribue fortement à la prise de poids et à l'obésité, desquels **souffre maintenant 1 enfant canadien sur 4.**

RÉDUIRE LE DÉFICIT NATURE EN VILLE



La **proximité des espaces verts** contribue de façon importante au maintien d'une bonne santé physique et mentale. La ruelle offre un environnement propice à la **créativité** et au **développement d'aptitudes sociales**.

BOUGER PLUS...LOIN DES ROUTES

D' François Reeves

PLANÈTE
Cœur
SANTÉ CARDIAQUE ET ENVIRONNEMENT

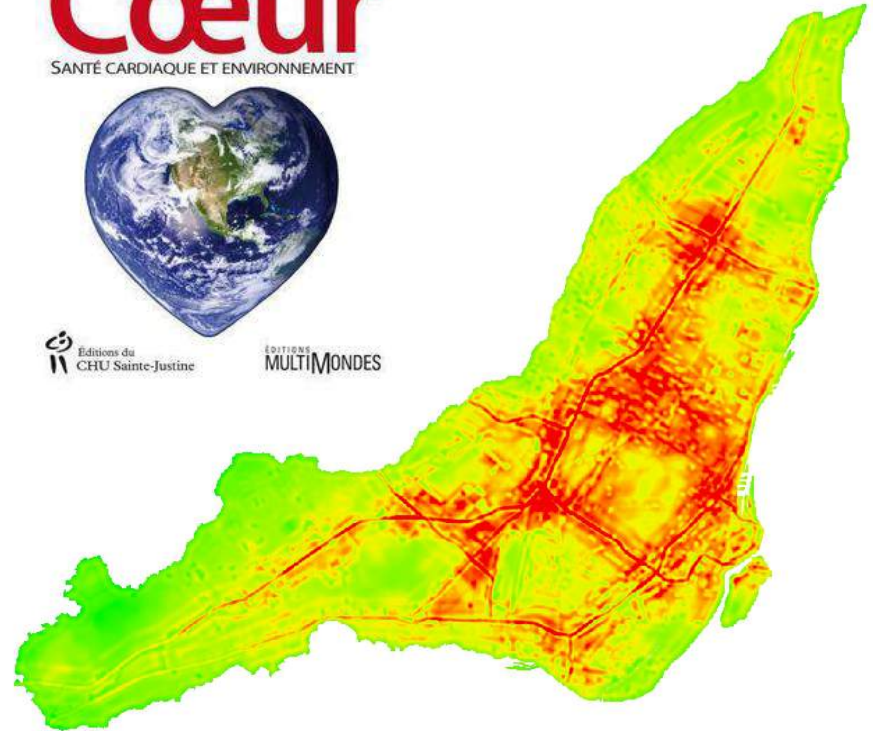


Éditions du
CHU Sainte-Justine

ÉDITIONS
MULTIMONDES

L'exposition à de faibles concentrations de polluants atmosphérique a des **impacts sur la santé**

La concentration des polluants atmosphériques **diminue sur de courtes distances** lorsqu'on s'éloigne des routes.



Crouse, Dan L et *al.* (2009). A prediction-based approach to modelling temporal and spatial variability of traffic-related air pollution in Montreal

OFFRIR DES TRAJETS ALTERNATIFS

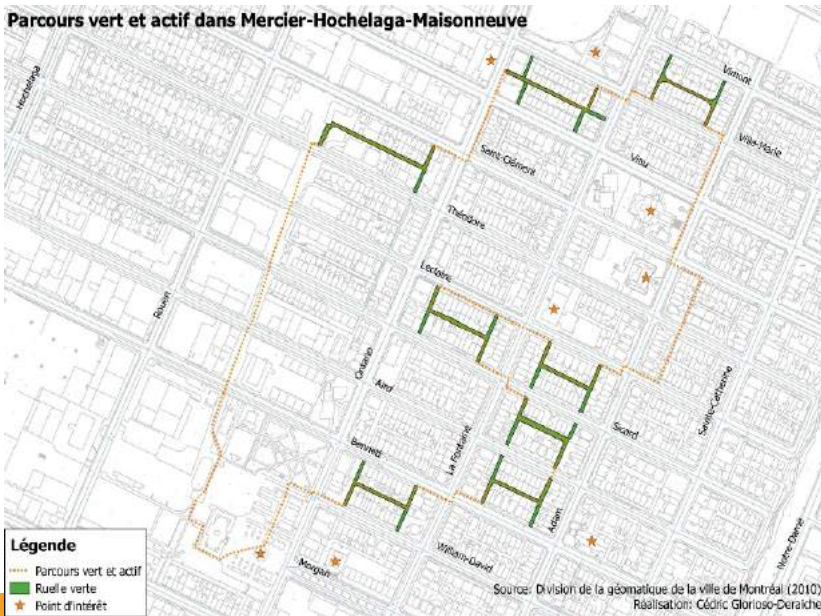


- Trajets plus agréables pour se rendre à l'école ou au travail
- Parcours de jogging
- Trajets à pied et en vélo



4 PARCOURS VERTS ET ACTIFS

Parcours vert et actif dans Mercier-Hochelaga-Maisonneuve



35 ruelles vertes / 25 ruelles conventionnelles

qui donnent accès à 22 parcs et espaces verts

qui relie plus de 40 destinations :

- Écoles, CPE, garderies
- Piscines
- Marchés
- Métro
- Pistes cyclables
- Bibliothèques, centre culturels
- Jardins communautaires
- Centres sportifs
- etc.



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

4 PARCOURS PILOTES



Parcours dans La Petite-Patrie

Parcours dans Rosemont



4 PARCOURS PILOTES



Parcours dans Ville-Émard (le Sud-Ouest)

**Parcours dans
Maisonneuve (MHM)**



LA SIGNALISATION



LES RETOMBÉES

- Créer des **liens entre les ruelles vertes**
- Donner **une vitrine** aux initiatives originales
- Partager les bonnes idées et **s'inspirer pour s'améliorer**
- Inclure **l'activité physique** chez les jeunes **dans les priorités**
- **Appropriation** par la communauté, les entreprises locales, les groupes communautaires, les groupes d'activité physique, les CPE et les écoles
- Favoriser les **activités récréotouristiques** et la mise en valeur du patrimoine urbain de Montréal
- Organisation d'**événements** locaux et régionaux autour de l'activité physique

Organisation d'événements locaux



Crédit : SODER

La Grande rue, La Petite-Patrie



Crédit : SODER



Les amis du
parc Angrignon



RANDONNÉE FAMILIALE DU PARC ANGRIGNON

SAMEDI 13 FÉVRIER 2016



L'APAISEMENT DE LA CIRCULATION



- Installer des **dos d'âne** systématiquement aux entrées / sorties
- Mettre en place des **mesures d'apaisement de la circulation** et limiter l'accès aux voitures
- Augmenter la **signalisation** et indiquer que la **priorité est aux piétons**
- Indiquer la **limite de vitesse**
- Marquage priorité piéton sur la chaussée entre les ruelles





Bacs de bétons, MHM



Crédit : Pierre-Étienne Lessard

Bacs de fleurs, plates-bandes, compostière, etc... MHM



Crédit : Pierre-Étienne Lessard

Bollards souples + table + voiturette ... Villeray



Crédit : Pierre-Étienne Lessard

Signalisation, MHM



Crédit : Pierre-Étienne Lessard

Signalisation, MHM



Signalisation ICI ON RALENTIT, Villeray



Exemple de signalisation ludique



Marquage priorité piéton sur la chaussée entre les ruelles



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES INITIATIVES



Zone de jeu aménagée dans un espace de stationnement, MHM



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES INITIATIVES



Zone de jeu aménagée dans un carrefour de ruelle,
MHM

LES INITIATIVES



Zone de jeu gazonnée, MHM



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES INITIATIVES



Patinoire





PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES INITIATIVES



Crédit : Justine Serrager

Filets portatifs, Verdun



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

LES INITIATIVES

Crédit : Pierre-Étienne Lessard



Marquage au sol



Espace de jeu, Sud-Ouest

LE MOBILIER ACTIF



Toutes les grandes personnes ont d'abord été des enfants, mais peu d'entre elles s'en souviennent. – Antoine de Saint-Exupéry

LE MOBILIER ACTIF



Source : lepamphlet.com

LE MOBILIER ACTIF



lepamphlet.com

LE MOBILIER ACTIF



Parc Jeanne-Mance

Source : lepamphlet.com

LE MOBILIER ACTIF



lepamphlet.com

LE MOBILIER ACTIF



LE MOBILIER ACTIF



lepamphlet.com

LE MOBILIER ACTIF



Stations de réparation de vélos, fontaines d'eau





Lien avec les parcs pour enfants (Parc Sicard), MHM

NOUS CONTACTER

Simon Octeau

Directeur-adjoint, Regroupement des éco-quartiers

Courriel : adjoint.reg@gmail.com

Tel : 514 507-5401

Nous suivre et **Télécharger l'application**



www.eco-quartiers.org



Regroupement des Éco-quartiers



www.eco-quartiers.org/parcoursvertsetactifs



PARCOURS
VERTS ET ACTIFS
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION GRATUITEMENT

Merci de votre attention !



Regroupement des
éco
quartiers