



PARCOURS VERTS ET ACTIFS

J'ai ma ruelle à cœur!

Montréal compte plus de 300 ruelles vertes qui sont au cœur des milieux de vie des quartiers centraux de la métropole. Le **Regroupement des éco-quartiers** a mis en place les **Parcours verts et actifs** afin d'inclure plus spécifiquement l'activité physique dans ces espaces.

Quatre parcours de 5 kilomètres ont été mis en place. Ils permettent de découvrir les quartiers, d'améliorer la connectivité, de favoriser le transport actif et l'accès aux parcs et aux espaces verts. Situés dans les arrondissements du Sud-Ouest, de Rosemont–La Petite-Patrie et de Mercier–Hochelaga-Maisonneuve, les parcours encouragent l'activité physique (course à pied, cardio-poussette, marche, jeu libre chez les enfants) et relie des points d'intérêt locaux tels que des espaces verts, des institutions municipales et le réseau de transport actif.

Des stations sportives incitant les jeunes à faire de l'activité physique ont été marquées au sol grâce à des pochoirs. Marelles, jeux d'athlétisme, courses de haies, espaces pour faire des étirements : tous les moyens sont bons pour faire bouger. En plus des dessins explicatifs, des vidéos ont été réalisées et ajoutées sur une application mobile que les citoyens peuvent utiliser pour géolocaliser les points d'intérêt du quartier. De nouveaux parcours sont en préparation dans d'autres quartiers montréalais.



4 PARCOURS DE 5 KM CHACUN



56 RUELLES EMPRUNTÉES



1 APPLICATION MOBILE

849 TÉLÉCHARGEMENTS

50 POINTS D'INTÉRÊT



SÉCURISATION D'UNE VINGTAINE DE RUELLES



MARQUAGE AU SOL POUR LE JEU