



Présenté par



TROUSSE POUR LES GOUVERNEMENTS LOCAUX

Devenez un
leader du défi



Au mois de juin,
participez au défi et aidez votre communauté à être couronnée la
Communauté la plus active au Canada et à remporter 100 000 \$ pour soutenir
la réalisation de projets locaux d'activité physique!



*Ce projet est financé en partie par
le gouvernement du Canada.*



LE DÉFI ENSEMBLE, ON BOUGE, C'EST QUOI?

Le Défi Ensemble, on bouge de ParticipACTION, présenté par Novo Nordisk, est un événement national annuel de sport et d'activité physique qui encourage la population à bouger dans le but d'identifier la communauté la plus active au Canada, qui remportera un grand prix de 100 000 \$ pour la réalisation de projets locaux de sport et d'activité physique.

QUI PEUT PARTICIPER?

Tout le monde peut participer au Défi Ensemble, on bouge! Les gouvernements locaux (municipalités locales et régionales, secteurs non constitués en municipalité, communautés autochtones, etc.) peuvent enregistrer leurs activités et événements communautaires réalisés du 1^{er} au 30 juin 2025 sur le [portail Web du défi](#). Ces activités et événements s'ajouteront au pointage total d'une communauté.

À la fin du mois de juin, 40 communautés finalistes pourront compléter un dossier de finaliste dans lequel elles indiqueront les raisons pour lesquelles elles méritent d'être nommée la Communauté la plus active au Canada. La formule de notation est basée sur la participation individuelle, la participation de l'organisation et le suivi de l'organisation. La population totale de la communauté est prise en compte dans le résultat global pour donner une chance équitable à toutes les communautés.

ParticipACTION soutiendra les gouvernements locaux et les organismes communautaires participants à chaque étape du processus en leur fournissant du matériel promotionnel, des modèles de communications, des webinaires et un soutien au niveau de la sensibilisation.

POURQUOI DEVRAIS-JE M'IMPLIQUER DANS LE DÉFI ?

En vous impliquant dans le défi *Ensemble, on bouge* et en encourageant ainsi la population et les organismes de votre milieu à y participer, vous démontrez clairement que la santé et le bien-être de votre communauté sont une priorité. Mobiliser les entreprises, les organismes à but non lucratif, les écoles et les groupes communautaires peut renforcer les partenariats et la collaboration avec votre administration municipale. Ces efforts peuvent mener à la mise en place de nouveaux programmes, de nouvelles initiatives et de ressources utiles, qui continueront de bénéficier à votre communauté bien après la fin du défi.

Pour soutenir votre démarche, la dernière page de cette trousse propose une liste de ressources téléchargeables.

POURQUOI MA COMMUNAUTÉ DEVRAIT-ELLE PARTICIPER?

La participation au Défi :

- » Renforce le sentiment de fierté communautaire, l'inclusion et l'engagement citoyen.
- » Améliore la connaissance des installations, des programmes et des services disponibles dans votre communauté.
- » Stimule la collaboration entre les gouvernements locaux et les organisations communautaires.
- » Attire l'attention des médias.
- » Donne la chance à votre communauté de remporter des fonds pour la réalisation de projets locaux d'activité physique.
- » Encourage les nouveaux résidents à trouver des activités traditionnelles, non-traditionnelles et adaptées qui favorisent l'engagement communautaire.

COMMENT MA COMMUNAUTÉ PEUT-ELLE PARTICIPER?

Étape 1 : Inscrivez-vous

Les gouvernements locaux peuvent s'inscrire sur le [portail Web de du défi Ensemble, on bouge](#). Le processus d'inscription sera ouvert dès le 17 avril 2025. À partir du 1er juin 2025, les gouvernements locaux peuvent faire le suivi des activités, programmes et événements et du nombre de participants qui y ont pris part et ce, tout au long du mois de juin. Plus le nombre d'activités et de participants augmente, plus le pointage total de votre communauté sera élevé!

Étape 2 : Planifiez et collaborez

Une fois que votre communauté est inscrite, il est temps de planifier et collaborer. Voici quelques idées pour vous aider à démarrer :

- » Organisez des activités physiques et des événements publics. Pensez toujours à rendre vos activités aussi inclusives, accessibles et représentatives de la diversité de votre communauté que possible. Plus les programmes et les événements sont équitables, plus l'ensemble de la communauté en bénéficiera!
- » Mettez de l'avant les programmes et activités en cours pour stimuler les inscriptions.
- » Contactez les écoles et les autres organisations communautaires et aidez-les à inscrire leurs programmes, événements et initiatives et à faire le suivi de la participation (voir les conseils et astuces pour gagner ci-dessous pour plus d'informations).
- » Faites la promotion du Défi par l'intermédiaire des stations de radio et des journaux locaux, ou placez des affiches sur des babillards communautaires.
- » Faites la promotion du défi dans des stations de radio et des journaux locaux, etc.

Étape 3 : Faites le suivi

Il est facile d'inscrire vos événements, initiatives et programmes et d'en faire le suivi par l'intermédiaire du site Web. Consultez notre vidéo détaillée qui sera affichée sur la [page web du défi](#) au début du mois de mai.

CONSEILS ET ASTUCES POUR GAGNER



Amplifiez vos efforts grâce à la collaboration

Le Défi représente une occasion pour les gouvernements locaux de se connecter et de collaborer avec d'autres écoles, des autorités de santé publique et d'autres organisations communautaires telles que des clubs sportifs, des organisations qui desservent des groupes privés d'équité, des organismes de services sociaux et des entreprises qui désirent également participer.

Informez ces groupes sur la manière de participer en inscrivant leurs événements et leur nombre de participants directement sur le [portail web du Défi Ensemble, on bouge](#). La participation étant calculée sur la base du code postal, tous les programmes, événements et initiatives ainsi que le nombre de participants seront pris en compte dans le résultat total de la communauté.

Veillez à inclure les raisons qui ont motivé votre communauté à participer et les avantages qu'elle en tirera pour l'ensemble de la population. Expliquez ce que votre communauté ferait si elle remportait le grand prix. Exploitez les partenariats existants, mais profitez de l'occasion pour contacter de nouvelles organisations.

Voici quelques exemples d'événements et d'activités que les groupes communautaires pourraient enregistrer :

- » Cours d'éducation physique à l'école
- » Cours en groupe proposés dans des gymnases privés et des centres d'entraînement.
- » Utilisation d'un sentier de randonnée local répertorié par un groupe de randonneurs.
- » Activité physique sur le lieu de travail (par exemple, emplois actifs, promenades pendant l'heure du dîner).
- » Journées portes-ouvertes pour essayer des activités physiques gratuites ciblant les groupes privés d'équité.



Message promotionnel sur les réseaux sociaux de la Ville d'Ottawa.

Gardez un œil sur la [page web du défi Ensemble, on bouge](#) pour tous les détails sur les prix pour les organisations.



Montrez l'exemple

Les maires, membres du conseil et autres personnalités publiques peuvent se révéler extrêmement influents et motivants. Lorsqu'ils manifestent leur soutien par le biais des médias sociaux et des infolettres, la population et les organisations écoutent.

Lancez des défis aux communautés locales de votre province ou territoire ou qui se trouvent près de votre position dans le tableau de classement. Cela peut être une source de motivation amusante pour mobiliser votre communauté.

Pour vous inspirer, [regardez cette vidéo](#) (en anglais) créée par la ville de Hay River, Territoires-du-Nord-Ouest, la communauté la plus active du Canada en 2024 :



Partagez vos succès sur les réseaux sociaux

ParticipACTION vous permet de suivre facilement vos résultats grâce au tableau de bord de la page Web du Défi Ensemble. En effet, ce dernier présente les 20 meilleures communautés de chaque province et territoire. Les responsables des gouvernements locaux peuvent partager les résultats de leur communauté, qui sont mis à jour quotidiennement tout au long du Défi.



Message promotionnel sur les réseaux sociaux de la Ville de Québec.



Commencez à bâtir votre dossier de finaliste?

Au fur et à mesure que vous planifiez et organisez des événements, rassemblez des pièces justificatives supplémentaires. Lors des éditions précédentes, les finalistes ont présenté les pièces justificatives suivantes :

- » Des vidéos et photos d'événements locaux
- » Des témoignages de participants
- » Des résumés de messages sur les médias sociaux démontrant un large engagement de la communauté
- » Des calendriers d'événements mensuels
- » Les mesures prises pour rendre leurs activités accueillantes, inclusives et accessibles.

Même si vous ne faites pas partie des 40 finalistes, vous pouvez utiliser ces informations dans vos rapports au Conseil pour illustrer l'importance des parcs, des loisirs et de l'activité physique dans votre communauté. Vous pouvez également partager vos succès avec le public.

Vous ne disposerez que d'une semaine pour préparer votre soumission de finaliste, c'est pourquoi nous vous recommandons fortement de rassembler des pièces justificatives tout au long du Défi.



Soulignez vos accomplissements

En 2024, plus de 1 250 communautés ont participé au défi pour courir la chance de remporter l'un des 13 prix offerts et être nommée la communauté la plus active au Canada.

Seules quelques municipalités remporteront des prix, mais tout le monde gagne à ce que sa communauté s'engage et soit physiquement active.

Nous vous encourageons à féliciter toutes les personnes qui participent et qui deviennent actives au sein de leur communauté.

RESSOURCES

Vous pouvez télécharger les documents suivants pour améliorer la participation :

- ↓ [Affiche modifiable pour l'événement](#)
- ↓ [Calendrier modifiable pour l'événement](#)
- ↓ [Logo et guide graphique](#)
- ↓ [Fichiers du logo](#)
- ↓ [FAQ](#)

Merci de vous impliquer dans le défi!

Cette ressource est financée en partie par le Conseil des sports, de l'activité physique et des loisirs :



Grâce à l'expertise de l'Association canadienne des parcs et loisirs :



Le défi Ensemble, on bouge de ParticipACTION, présenté par Novo Nordisk, est fièrement financé par le gouvernement du Canada et Novo Nordisk.