



Cher(ère) candidat(e),

Je vous transmets cette liste d'engagements et de cibles car je désire que vous vous engagiez à protéger ma santé ainsi que celle de mes proches. Cette liste provient du site [Jevotepourmasante.org](https://jevotepourmasante.org) que je vous invite à consulter pour y découvrir les justifications sanitaires qui soutiennent ces engagements et cibles.

En espérant que vous travaillerez pour ma santé et celle de mes proches.

Salutations cordiales,

D'un(e) électeur(rice)

Les 20 engagements

1. Avoir la volonté et le courage d'innover pour créer des aménagements urbains favorables à ma santé et à celle de mes proches.
2. Améliorer l'offre des transports en commun.
3. Étendre les réseaux cyclables.
4. Étendre les réseaux piétonniers (trottoirs, sentiers, rues piétonnières).
5. Aménager une ville des courtes distances.
6. Aménager des espaces verts interconnectés à proximité des citoyens.
7. Assumer notre hiver en favorisant la marche, le vélo et la fréquentation des espaces verts en toutes saisons.
8. Sécuriser les réseaux piétonniers et les pistes cyclables.
9. Favoriser la disponibilité en aliments sains dans mon quartier.
10. Protéger l'autonomie alimentaire du Québec.
11. Faire une évaluation d'impact sur la santé¹ sur les projets significatifs dans un milieu de vie.
12. Lutter contre la pollution de l'air.
13. Lutter contre la pollution sonore.
14. Verdir ma ville.
15. Lutter contre la surverse des eaux d'égout dans les cours d'eau.
16. Lutter contre l'exposition aux pesticides.
17. Lutter contre les îlots de chaleur.
18. Réduire les émissions de gaz à effet de serre responsables des changements climatiques.
19. Verdir mon lieu de travail.
20. Verdir l'école de mon enfant.



Les 52 cibles

1. Dans les centres urbains, viser à ce que chaque citoyen réside à au plus 500 m d'un arrêt de transport en commun.²
2. Dans les centres urbains, viser à ce que les deux tiers des déplacements urbains se fassent par la marche, le vélo ou le transport collectif d'ici 2040, à l'image de Vancouver.³
3. Déployer une desserte urbaine et régionale de transport collectif de qualité en exigeant une contribution des automobilistes d'une cent par litre d'essence.⁴
4. Viser à ce que chaque citoyen demeure à au plus 300 m d'une piste cyclable, à l'image de Barcelone.⁵
5. Viser le confort et l'attractivité des parcours cyclables notamment par la présence d'arbres, d'abris, de mobilier urbain, de toilettes publiques, de fontaines d'eau, etc., et cartographier toilettes et fontaines d'eau.⁶
6. Viser à ce qu'il y ait une voie piétonne (trottoir ou espace piétonnier délimité par marquage au sol) devant chaque résidence en milieu urbain.⁷⁻⁸
7. Viser le confort et l'attractivité des parcours piétonniers notamment par la présence d'arbres, d'abris, de mobilier urbain, de toilettes publiques, de fontaines d'eau, de distributeurs de sacs pour excréments de chiens, etc., et cartographier toilettes et fontaines d'eau.⁹
8. Dans les centres urbains, viser à ce que tous les citoyens résident dans un quartier ayant un [Walk Score](#) d'au moins 70 sur 100.¹⁰
9. Viser à ce que chaque citoyen demeure à au plus 300 m d'un espace vert d'au moins 0,5 à 1 hectare.¹¹
10. Viser à ce qu'au moins 12% du territoire à l'intérieur du périmètre urbanisé et au moins 17% du territoire total soit protégé sous forme de milieux naturels d'ici 2030.¹²
11. Viser à ce que tous les milieux naturels, espaces verts et parcs riverains soient interconnectés par des corridors naturalisés dont la plus simple expression serait des rues arborées.
12. Viser à augmenter substantiellement l'accès public aux lacs et cours d'eau pour les villes riveraines.
13. Déneiger et entretenir tous les trottoirs, liens piétonniers, pistes cyclables, sentiers de parcs et mobilier urbain durant l'hiver.
14. Maintenir les toilettes publiques ouvertes durant l'hiver.
15. Adopter la Vision Zéro (décès et blessés graves sur le réseau routier).¹³
16. Construire des voies automobiles à au plus 3 m de largeur en milieu urbain dans les rues ayant un débit journalier moyen annuel de moins de 12 000 passages automobiles.¹⁴
17. Aménager des avancées de trottoirs aux intersections et une voûte arborée aux endroits accidentogènes.
18. Réduire à 30 km/h la vitesse dans les quartiers résidentiels.¹⁵



19. Sécuriser les pistes cyclables par des moyens reconnus¹⁶ et un entretien régulier.
20. Planifier produire 25% des besoins en fruits et légumes des citoyens de la municipalité à l'intérieur du périmètre urbain à l'instar de Toronto.¹⁷
21. Protéger toutes les terres agricoles situées sur le territoire de ma municipalité.
22. Mettre en place une ceinture verte autour de ma municipalité pour limiter l'étalement urbain sur les terres agroforestières.
23. Faire une évaluation d'impact sur la santé pour tout projet significatif dans mon quartier comme le prolongement ou l'ajout de voies automobiles, la destruction d'un espace vert, la coupe massive d'arbres urbains, l'installation ou l'agrandissement d'une industrie polluante, etc.
24. Choisir les options d'aménagement qui favorisent mon bien-être et ma santé et la réduction des coûts en santé.
25. Informer la population des caractéristiques et bénéfices des aménagements favorables à la santé.
26. Viser un objectif de zéro jour de pollution atmosphérique dans mon quartier durant l'année (niveaux des polluants de l'air en-dessous des Normes canadiennes de la qualité de l'air ambiant 2025 du Conseil canadien des ministres de l'environnement).
27. Interdire la construction d'autoroute à moins de 300 m¹⁸ de ma résidence, de mon lieu de travail ou du lieu d'études de mes enfants.
28. Viser une canopée optimale d'au moins 40% du territoire urbanisé à l'instar de Toronto¹⁹ et des signataires de la *Déclaration 2020 pour la résilience des villes canadiennes*.²⁰
29. Adopter une réglementation municipale rigoureuse protégeant les arbres urbains, incluant la prise en compte des arbres existants pour définir l'occupation au sol des bâtiments, des mesures de protection lors de construction ainsi que des amendes dissuasives.
30. Viser un objectif de zéro pollution sonore (niveau de pollution sonore sous les niveaux seuils recommandés par l'Institut national de santé publique du Québec).²¹
31. Adopter un Code de l'ombre à l'instar de Toronto.²²
32. Adopter une politique de gestion durable des eaux de pluie reposant principalement sur les infrastructures vertes.²³
33. Préserver intégralement les milieux humides situés sur le territoire de ma municipalité.
34. Interdire l'utilisation de tout produit phytosanitaire chimique sur l'ensemble du territoire urbanisé à l'instar de Paris et autres villes.²⁴
35. Viser zéro îlot de chaleur pour les milieux résidentiels, scolaires ou de travail en priorisant les quartiers défavorisés du point de vue socio-économique.
36. Enlever dans la réglementation municipale tout nombre minimal de cases de stationnement par logement²⁵ et imposer un nombre maximal de cases de stationnement.
37. Réduire les stationnements de grande surface en obligeant la construction de stationnements souterrains ou étagés.
38. Obliger l'application de la norme BNQ 3019-190 sur les stationnements de surface.



39. Imposer l'aménagement de toits verts ou blancs, selon la stratégie adoptée par la ville de Toronto et plusieurs arrondissements de Montréal, pour les toits plats ou à faible pente.²⁶
27
40. Viser d'ici 2030 une réduction d'au moins 37,5%, et préférablement d'au moins 55% des émissions de GES, par rapport au niveau de 1990.²⁸
41. Viser à ce que tous les transports collectifs et véhicules de la ville soient électrifiés.²⁹
42. Désinvestir dans les énergies fossiles (fonds de retraite des employés municipaux, placements de la municipalité).
43. Éliminer le mazout et autres énergies fossiles non renouvelables comme sources de d'énergie pour les immeubles municipaux.
44. Imposer la carboneutralité pour toutes les nouvelles constructions d'ici 2030 en s'inspirant de la stratégie adoptée par la ville de Vancouver.³⁰
45. Interdire l'éclairage des bâtiments publics, des vitrines de magasins et d'exposition entre 1 h et 7 h du matin, ainsi que des bureaux une heure après le départ du dernier salarié en s'inspirant de la France.³¹
46. Adopter une politique de gestion de déplacements favorisant la mobilité durable des employés de la municipalité assortie d'une politique de télétravail.
47. Évaluer la possibilité d'intégrer les énergies renouvelables (ex. solaire, géothermie) dans tout nouveau projet de construction d'édifices municipaux.
48. Utiliser les arbres urbains pour réduire les besoins en chauffage et climatisation des bâtisses.³²
49. Lutter contre la surconsommation d'énergie en bannissant les sacs de plastiques jetables, en tarifiant l'eau potable et les matières résiduelles et en favorisant l'économie circulaire.
50. Exiger des murs extérieurs avec des fenêtres pour toute nouvelle construction d'immeubles à bureau.
51. Exiger une plantation minimale d'un arbre par 200 m² de terrain non construit incluant les aires de stationnement extérieures pour mon lieu de travail.³³
52. Exiger une plantation minimale d'un arbre par 200 m² de terrain non construit incluant les aires de stationnement extérieures pour l'école de mon enfant.³⁴

Une initiative de



Je vote pour ma santé est une initiative de Santé Urbanité visant à positionner les enjeux d'aménagement urbain et de santé au cœur des prochaines élections générales municipales du 2 novembre 2025. Plateforme non partisane, **Je vote pour ma santé** est une initiative qui ne favorise ni ne défavorise, directement ou indirectement, l'élection d'un.e candidat.e ou celle des candidat.e.s d'un parti. Pour en savoir plus, visitez le site web : <https://jevotepourmasante.org>.



Références

- ¹ <http://collectivitesviables.org/articles/l-evaluation-d-impact-sur-la-sante-eis.aspx#:~:text=Elle%20consiste%20en%20une%20appr%C3%A9ciation,une%20%C3%A9quipe%20d'experts%20multidisciplinaires.>
- ² <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/200602/dq200602a-eng.htm>
- ³ https://vancouver.ca/files/cov/Transportation_2040_Plan_as_adopted_by_Council.pdf
- ⁴ <https://www.lesoleil.com/actualite/transport-collectif-aux-iles-et-en-gaspesie-taxe-dun-cent-sur-le-litre-dessence-bc615659e8fc4a500330d1cdb3435930>
- ⁵ https://www.barcelona.cat/mobilitat/en/news-and-documents/news/mes-carril-bici-per-a-una-mobilitat-sostenible_542161
- ⁶ <https://centdegres.ca/magazine/alimentation/municipalites-8-pistes-daction-encourager-vos-citoyens-a-boire-de-leau/>
- ⁷ <https://www.stateoftheair.org/key-findings/cleanest-cities.html>
- ⁸ http://pedbikesafe.org/PEDSAFE/resources_guidelines_sidwalkwalkways.cfm
- ⁹ <https://centdegres.ca/magazine/alimentation/municipalites-8-pistes-daction-encourager-vos-citoyens-a-boire-de-leau/>
- ¹⁰ Exposure to walkable neighborhoods in urban areas increases utilitarian walking: Longitudinal study of Canadians, Rania A. Wasfi, Kaberi Dasgupta et al., Journal of Transport & Health, Volume 3, Issue 4, December 2016, Pages 440-447.
- ¹¹ https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0010/342289/Urban-Green-Spaces_EN_WHO_web3.pdf
- ¹² http://www.af2r.org/wp-content/uploads/2013/11/2013-10-07_ToileVerte_Charte.pdf
- ¹³ <https://www.securite-routiere-az.fr/v/vision-zero-accident/>
- ¹⁴ Bowman, S. (2013). Les régimes routiers : des voies publiques plus minces et favorables à la santé. Montréal, Québec : Centre de collaboration nationale sur les politiques publiques et la santé.
- ¹⁵ Bowman, S. (2013). Les régimes routiers : des voies publiques plus minces et favorables à la santé. Montréal, Québec : Centre de collaboration nationale sur les politiques publiques et la santé.
- ¹⁶ <https://www.velo.qc.ca/boites-a-outils/amenagement/voies-cyclables-et-pietonnes/>
- ¹⁷ David Suzuki: How much food can cities produce? 2016. <https://www.straight.com/news/763011/david-suzuki-how-much-food-can-cities-produce>
- ¹⁸ Review of evidence on health aspects of air pollution – REVIHAAP Project: Technical Report [Internet]. WHO Regional Office for Europe. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2013. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK361807/>
- ¹⁹ <https://www.toronto.ca/wp-content/uploads/2018/01/9496-Strategic-Forest-Management-Plan-2012-2022.compressed.pdf>
- ²⁰ <https://www.2020declaration.ca/pagefr>
- ²¹ MARTIN, R., P. DESHAIES et M. POULIN (2015). Avis sur une politique québécoise de lutte au bruit environnemental : pour des environnements sonores sains, INSPQ, 2015. No de publication : 2048.
- ²² Shade Guidelines, Toronto, 2010, 162 pages.
- ²³ https://www.mamh.gouv.qc.ca/fileadmin/publications/amenagement_territoire/urbanisme/guide_gestion_eaux_pluie_partie_1.pdf
- ²⁴ <https://www.paris.fr/pages/jardiner-sans-pesticide-6466>
- ²⁵ <https://www.2020declaration.ca/pagefr>
- ²⁶ <https://www.toronto.ca/city-government/planning-development/official-plan-guidelines/green-roofs/>
- ²⁷ <http://www1.ville.montreal.qc.ca/banque311/node/2197>
- ²⁸ <https://www.environnement.gouv.qc.ca/changementsclimatiques/consultations/cible2030/index.htm>
- ²⁹ <https://www.2020declaration.ca/pagefr>
- ³⁰ <https://vancouver.ca/green-vancouver/zero-emissions-buildings.aspx>
- ³¹ <https://www.lepacte.ca/101-idees-pour-la-reliance/>
- ³² Akbari et Taha, The impact of trees and white surfaces on residential heating and cooling energy use in four Canadian cities, Energy, Volume 17, Issue 2, February 1992, Pages 141-149
- ³³ http://www1.ville.montreal.qc.ca/banque311/webfm_send/3227
- ³⁴ http://www1.ville.montreal.qc.ca/banque311/webfm_send/3227