



# Les sports intérieurs en 2040, ça se joue maintenant !

© William Topa

Financé par

Plan pour une  
économie verte Québec

En collaboration avec

FONDS D'ACTION  
QUÉBÉCOIS  
pour le développement durable

Coordonné par

MONTRÉAL  
MÉTROPOLE  
EN SANTÉ

MONTRÉAL  
PHYSIQUEMENT  
ACTIVE

Avril 2026

# Tendances observées

Les infrastructures sportives intérieures font face à une vulnérabilité croissante en raison des changements climatiques et du vieillissement des bâtiments.

---

Des infrastructures fragilisées par l'usure du temps et par l'augmentation des aléas climatiques qui perturbent de plus en plus les milieux de vie.

---

Des précipitations liquides plus abondantes et plus fréquentes, ce qui peut représenter un enjeu puisqu'elles peuvent entraîner des inondations ponctuelles ou des refoulements d'égouts.



---

Des températures élevées qui mettent les bâtiments à rude épreuve, avec des vagues de chaleur plus fréquentes et plus intenses. Ces conditions accentuent la pression sur les systèmes de ventilation et de climatisation, augmentent les risques de surchauffe intérieure et accélèrent la dégradation de certains matériaux.



# Impacts des changements climatiques sur la pratique sportive

Les changements climatiques entraînent des conséquences sur la santé et la performance des pratiquants, ainsi que sur la gestion des organisations sportives, qui doivent désormais composer avec des installations plus vulnérables et une planification d'événements plus complexe.

## FOCUS infrastructures

- **Déplacement d'activités extérieures vers l'intérieur**, créant une pression supplémentaire sur les installations sportives intérieures.
- **Hausse des coûts d'entretien et d'exploitation** (coût énergétique, pression accrue sur les systèmes de climatisation et ventilation, usure prématurée)
- **Risque plus élevé de fermetures temporaires**, notamment lors de fortes chaleurs ou d'humidité extrême, lorsque les systèmes ne parviennent plus à maintenir des conditions sécuritaires.
- **Planification budgétaire plus complexe**, les épisodes climatiques extrêmes étant plus fréquents, moins prévisibles et plus coûteux, ce qui oblige les organisations à anticiper davantage les dépenses d'entretien et d'adaptation.



# Les changements climatiques : amplificateur d'inégalités

Les changements climatiques accentuent les inégalités sociales, car certaines populations présentent des facteurs de vulnérabilité qui les exposent davantage à leurs impacts. Cette vulnérabilité résulte de l'interaction entre l'exposition aux aléas climatiques (comme la chaleur ou les inondations), la sensibilité physique ou sociale des populations, et leur capacité d'adaptation. Par exemple, les personnes âgées, les enfants, les ménages à faible revenu, les travailleurs exposés à l'extérieur, les personnes en situation d'itinérance ainsi que plusieurs communautés autochtones figurent parmi les groupes les plus à risque.

# Pourquoi intégrer la transition socioécologique (TSÉ) ?

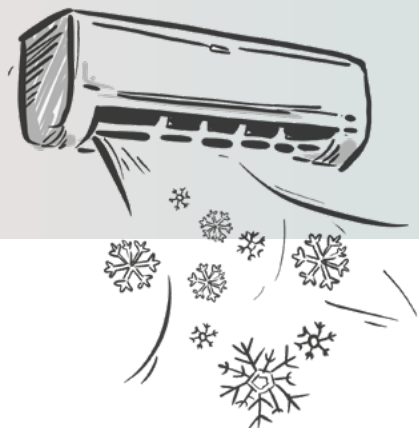
La TSÉ vise à développer nos pratiques sportives dans le respect des limites planétaires. Elle implique de repenser la façon dont on produit, consomme, travaille et vit ensemble, en respectant la capacité de support des écosystèmes et en tenant compte des enjeux sociaux.

# Comment atténuer l'empreinte carbone de ma pratique ?

- **Favoriser les fournisseurs locaux,** afin de réduire les distances de transport.
- **Offrir des repas végétariens,** qui ont généralement une empreinte carbone plus faible que les repas à base de viande.
- **Allonger la durée de vie du matériel** et privilégier des matériaux durables, en misant sur l'entretien, la réparation et l'achat responsable.
- **Limiter les déchets :** réduire les emballages, mettre en place des stations de tri et favoriser le réemploi.
- **Optimiser le calendrier des compétitions,** pour réduire les déplacements et regrouper les activités lorsque possible.
- **Encourager le transport actif** (marche, vélo) pour les déplacements.
- **Réduire la dépendance à la voiture,** en promouvant le covoiturage, les transports collectifs ou des lieux d'activité accessibles autrement qu'en automobile.

## Comment adapter ma pratique ?

- **Mettre en place des protocoles d'urgence** (chaleur, inondation, panne de courant)
- **Adapter les horaires des activités** afin de répondre aux déplacements d'activités extérieures vers l'intérieur
- **Évaluer la vulnérabilité des installations** face aux risques climatiques
- **Adapter les infrastructures pour résister aux aléas climatiques** (moderniser les systèmes de ventilation et de climatisation, améliorer la gestion des eaux pluviales).



## Bénéfices pour votre organisation

- **Attirer des partenaires,** commanditaires et membres sensibles aux enjeux environnementaux
- **Maintenir la continuité de vos activités**
- **Améliorer la santé et la sécurité** de vos athlètes
- **Optimiser la gestion de vos ressources**
- **Renforcer votre capacité à vous adapter** aux aléas climatiques
- **Réduire les annulations d'événements** et les pertes financières.





© Angel Ceballos

# FOULÉE VERTE

Mouvement collectif pour un sport durable !

Conception graphique : Sylvain Marseguerra  
Illustrations : Dorothee de Collason

Financé par

Plan pour une  
économie verte Québec

En collaboration avec

FONDS D'ACTION  
QUÉBÉCOIS  
pour le développement durable

Coordonné par

MONTRÉAL  
MÉTROPOLE  
EN SANTÉ

MONTRÉAL  
PHYSIQUEMENT  
ACTIVE