« BOUGER (PLUS) DANS MA VILLE »

AGENCE D'URBANISME

RHÔNE AVIGNON VAUCLUSE

Séminaire santé et urbanisme en Vaucluse 27 novembre 2023 / 9h-12h30





Bienvenue





L'activité physique et sportive Grande Cause Nationale 2024

3 objectifs:

- mettre le sport au cœur des politiques publiques, de l'interministérialité et du pacte républicain ;
- mobiliser les acteurs du sport et toutes les forces vives du pays pour valoriser la place du sport en France;
- inciter les Français à faire davantage d'activité physique et sportive.

Annonce du mardi 21 novembre par la ministre des Sports, Amélie Oudéa-Castéra



Déroulé du séminaire



- > 9h15: Introduction
 - Stéphanie GARCIA, Responsable du service santé environnement à l'ARS PACA Direction de Vaucluse et Auriane BAROT-BROUSSE, chargée d'études Nature en Ville à l'Agence d'Urbanisme Rhône Avignon Vaucluse
- 9h30 : Promouvoir et adapter l'activité physique en milieu urbain : enjeux et menaces pour la santé des citadins

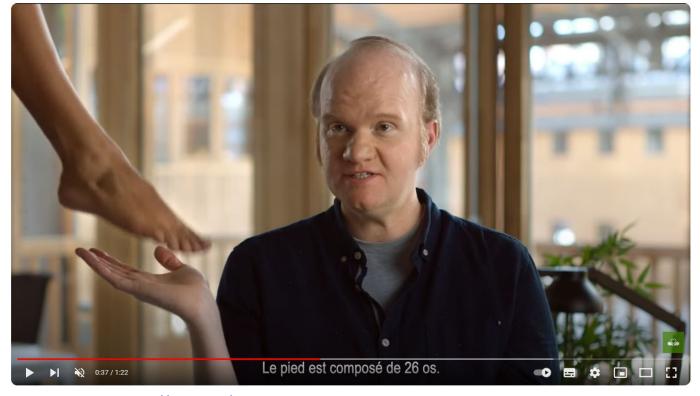
Dr Pierre SOUVET, Président et co-fondateur de l'Association Santé Environnement France (ASEF)

- > 10h : Design actif : définition et méthodologie Dominique PARET, directeur général de Cité services
- ➤ 10h30: Retour d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé à la Ville du Thor Yves BAYON DE NOYER, Maire du Thor et Valérie PIASECKI, déléguée au Sport et à la promotion des pratiques sportives
- ➤ 11h: Retour d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé à la Ville d'Avignon Peggy NAUS-JAMMES, Cheffe du département Sports & loisirs et Christel JOUVEN, Directrice Programmation des Aménagements Urbains
- 11h30 : Pause
- > 11h45: Atelier pratique sur le design actif
- > 12h30 : Buffet déjeunatoire

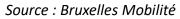




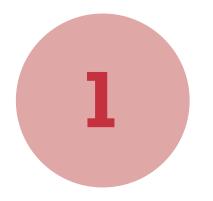




https://youtu.be/EAkm773d7RQ?si=7TEpljw-MfL6UHvn Soil



Déroulé









Introduction

ARS PACA et AURAV

milieu urbain

Promouvoir et adapter

l'activité physique en

Dr Pierre SOUVET

Design Actif: définition et méthodologie

Dominique PARET

Retours d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé Ville du Thor et

Ville du Thor et Ville d'Avignon









Liberté Égalité Fraternité



Un urbanisme Favorable à la Santé en Vaucluse séminaire du 27 novembre 2023

SANTE ET URBANISME

« Un urbanisme pour la santé, c'est un urbanisme pour les habitants. Il met en valeur l'idée que la ville, c'est autre chose que des constructions, des rues et des espaces publics, c'est un organisme qui vit, qui respire ; son état de santé est étroitement lié à celui de ses habitants »

Hugh Barton et Catherine Tsourou, urbanisme et santé, un guide de l'oms pour un urbanisme centré sur ses habitants,2000

ABORDER LA SANTÉ DE MANIÈRE TRANSVERSALE

Vivre ensemble CO₂ sécurité Avoir un Respirer Se ressourcer environnement sain Se soigner S'hydrater et irriguer Se chauffer / Se déplacer se climatiser Se nourrir 000 00000 000 00/100

Source: AURAV

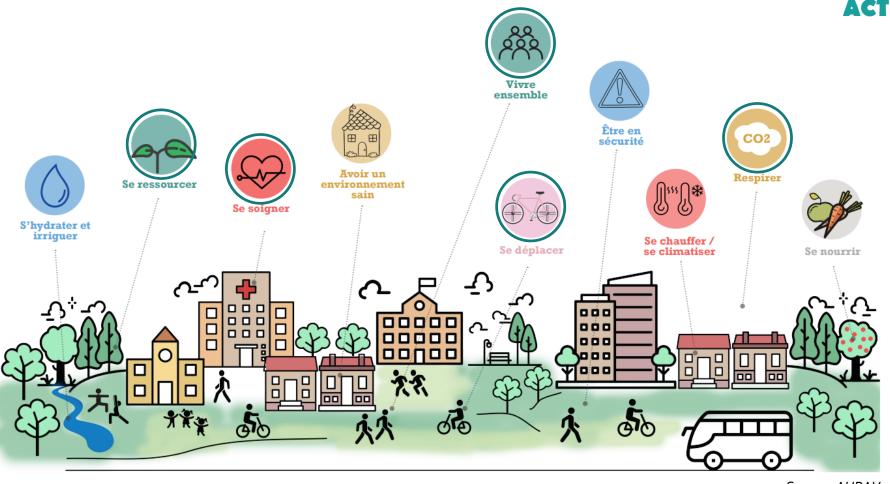
Publication et vidéo







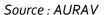
ABORDER LA SANTÉ DE MANIÈRE TRANSVERSALE

















ENJEUX ET SOLUTIONS

- ➤ Inactivité physique = première cause de mortalité évitable devant le tabac
- Coût de la sédentarité estimé à 17 milliards d'euros et celui de l'obésité à 10 milliards d'euros (étude Astères mars 2022)
- > Financements et dispositifs d'accompagnement :
 - Agence Nationale de Santé :
 - ✓ Subvention pour tracés ludiques et sportifs (cours d'école et espaces de récréation) ;
 - ✓ Plan « 5000 terrains de sport » ;
 - ✓ Fonds de soutien pour la stratégie de labellisation GCN2024.
 - ANCT / Cité du Design de Grenoble / Cité Services : financement d'ateliers de co-construction pour le lancement d'une démarche de design actif



Source : Guide du design actif (ANCT)

QUIZZ DU « BOUGER BOUGER »







QUIZZ DU « BOUGER BOUGER »



Tom, 27 ans

Comptable
Habite en zone péri-urbaine
Mode de déplacement : voiture

Sport : 1h de course à pied 2x/semaine + 30min de natation 1x/semaine

Habitudes : 7h/jour assis au travail + 1h30 dans son canapé le soir



Mireille, 67 ans

Retraité

Habite en centre-ville

Mode de déplacement : marche ou vélo

Sport: 45min de Qi-Gong 1x/semaine

Habitudes: 30min de jardinage tous les matins, 20min de sortie du chien, sorties reportages photos 3x/semaine
1h30 dans son canapé en journée

QUIZZ DU « BOUGER BOUGER »



Tom, 27 ans

Comptable
Habite en zone péri-urbaine
Mode de déplacement : voiture

Sport : 1h de course à pied 2x/semaine + 30min de natation 1x/semaine

Habitudes : 7h/jour assis au travail + 1h30 dans son canapé le soir



plu; ;édentaire ?

Qui est le

Mireille, 67 ans

Retraité

Habite en centre-ville

Mode de déplacement : marche ou vélo

Sport: 45min de Qi-Gong 1x/semaine

Habitudes: 30min de jardinage tous les matins, 20min de sortie du chien, sorties reportages photos 3x/semaine
1h30 dans son canapé en journée

QUIZZ DU « BOUGER BOUGER »



Tom, 27 ans

Comptable
Habite en zone péri-urbaine
Mode de déplacement : voiture

Sport : 1h de course à pied 2x/semaine + 30min de natation 1x/semaine

Habitudes : 7h/jour assis au travail + 1h30 dans son canapé le soir



Qui est le plus sédentaire ?

Mireille, 67 ans

Retraité

Habite en centre-ville

Mode de déplacement : marche ou vélo

Sport: 45min de Qi-Gong 1x/semaine

Habitudes : 30min de jardinage tous les matins, 20min de sortie du chien, sorties reportages photos 3x/semaine 1h30 dans son canapé en journée



Déroulé



2





Introduction

Promouvoir et adapter l'activité physique en milieu urbain

définition et méthodologie

Design Actif:

ARS PACA et AURAV

Dr Pierre SOUVET

Dominique PARET

Retours d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé Ville du Thor et Ville d'Avignon





Urbanisme et santé "Bouger (plus) dans ma ville"







Docteur Pierre SOUVET
Association Santé environnement France
27 novembre 2023



Un état de bien-être physique, mental et social complet et pas simplement l'absence de maladie ou d'infirmité

La définition de la santé comprend 3 aspects du bien-être :

- ✓ Le bien-être physique : qualité liée à la performance du fonctionnement corporel ; inclut d'avoir l'énergie nécessaire pour bien vivre, la capacité de ressentir l'environnement extérieur et des expériences de douleur et de confort
- ✓ Le bien-être mental : qualité psychologique, cognitive et émotionnelle de la vie d'une personne, qui comprend les pensées et les sentiments que les individus ont au sujet de leur état de vie et de leur expérience du bonheur
- ✓ Le bien-être social : manière dont un individu est connecté aux autres dans sa communauté sociale locale et plus large. Comprend le nombre d'interactions sociales qu'une personne a, la profondeur de ses relations clés et la disponibilité d'un soutien social









Les bienfaits du sport







ONAPS observatoire national de activite physique et de la sédentarité

- L'activité physique est définie comme « tout mouvement corporel produit par la contraction des muscles squelettiques entrainant une dépense énergétique supérieure à celle de repos ».
- exemples d'activités physiques: Sport, marche, vélo, le jeu actif, ménage, jardinage, bricolage.
- L'activité physique est reconnue pour être un déterminant majeur de la santé
- L'inactivité physique, est la non-atteinte de ces recommandations.
- La sédentarité est définie comme une « situation d'éveil caractérisée par une dépense énergétique proche de la dépense énergétique de repos en position assise ou allongée ».
- On peut donc être physiquement actif mais sédentaire



Manque d'activité physique et excès de sédentarité : une priorité de santé publique

Anses février 2022

Enfants ayant un comportement sédentaire :

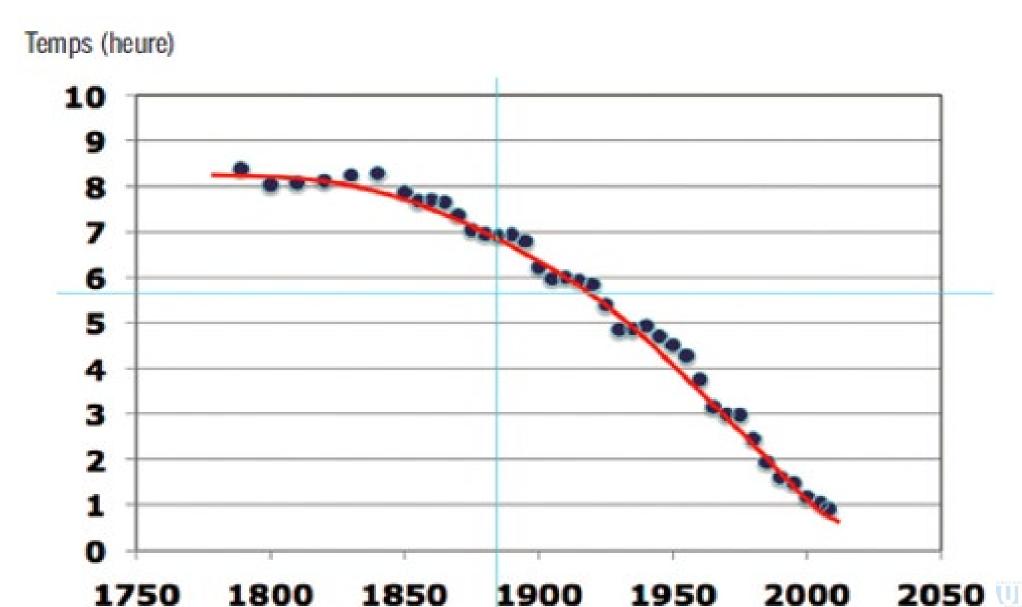
de 3 à 10 ans : 31,2 % pour les garçons, 62,8 % pour les filles.

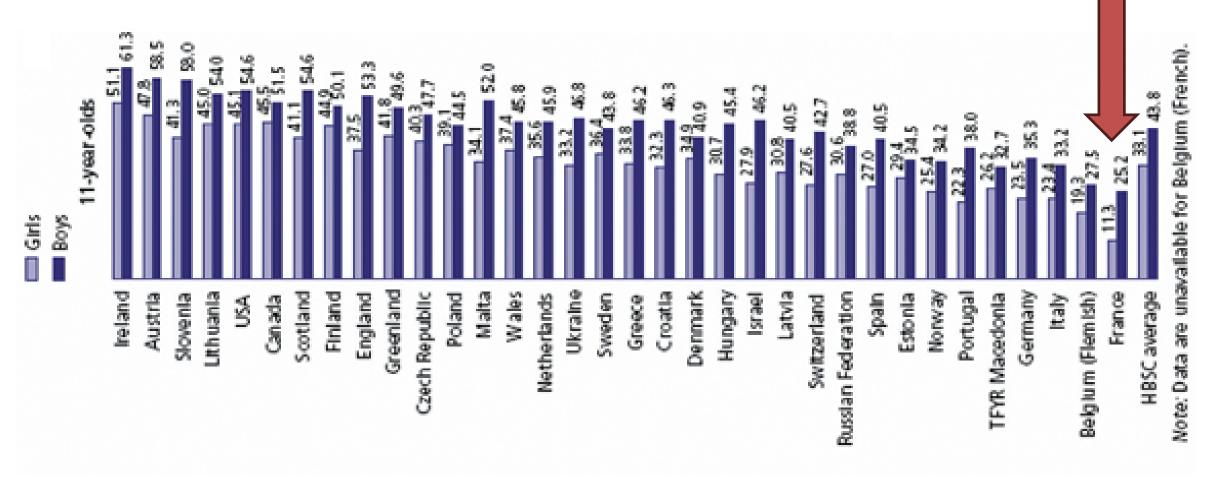
de 11 à 17 ans : 18,2 % pour les garçons, 57,9 % pour les filles

- 95% de la population française adulte est exposée à un risque de détérioration de la santé par manque d'activité physique ou un temps trop long passé assis.
- Ces risques sont majorés lorsque le manque d'activité physique et l'excès de sédentarité sont cumulés
- les femmes sont plus exposées à un manque d'activité physique. 70 %
- les hommes, 42 %
- le coût social de l'inactivité physique en France :140 milliards d'euros par an (plus de 38 000 décès et 62 000 pathologies/an ,CGEDD).

Evolution séculaire de l'activité physique quotidienne des Français

Source : Plan National de prévention par l'Activité Physique ou Sportive, 2008





Proportion d'enfants scolarisés âgés de 11 ans dont la pratique sportive (de modérée à intensive) est conforme aux recommandations (d'après Currie et coll., 2004 ; Étude HBSC 2001-2002 ; OMS, 2004)







Enquête de l'Observatoire des villes vertes

MUNICIPALES 2020:

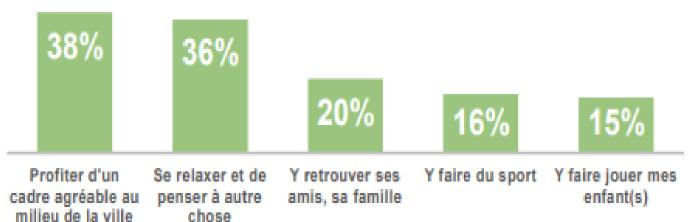
LES ESPACES VERTS PUBLICS, UNE PRIORITE POUR L'ENSEMBLE DES ELECTEURS

Des habitudes et des bienfaits que seuls les espaces verts permettent: Les bénéfices d'ordre esthétique, psychologique et social arrivent en tête, avant les usages sportifs ou familiaux.

78 % déclarent qu'accorder plus d'importance aux espaces verts en ville doit être une priorité.

En 2016: 61%

Quels bénéfices apportés par les espaces verts publics vous ont le plus manqué durant le confinement ? *







Recommandations activité physique

Adultes: 150 à 300 min/semaine d'activité physique modérée ou 75 à 150 min/semaine de AP Vigoureuse

Enfants: 60 mn/ jour

Tableau 18.1. Équivalences d'activité en fonction de leur intensité.

Activités légères	Activités modérées	Activités intenses
Moins de 3 METs	Entre 3 et 6 METs	Plus de 6 METs
 Marcher lentement Nager lentement Jardîner Pédaler à vélo sans faire d'effort Nettoyer les meubles, dépoussiérer 	 Marcher rapidement (6 km/h) Jouer au golf en portant ses clubs Nager normalement Tondre la pelouse Jouer au tennis en double Faire du vélo à 8-14 km/h sur terrain plat ou peu pentu Step, gymnastique 	 Courir, marcher sportivement Nager (vitesse de compétition) Faucher Jouer au tennis en simple Faire du vélo à plus de 15 km/h ou en montée

1 MET correspond à la dépense énergétique au repos, soit 1 kcal par kg de poids corporel et par heure.

< 3 Respiration presque normale, pas d'essoufflement Conversation possible Battements cardiaques peu perceptibles</p>
3 à 6 Respiration légèrement accélérée, essoufflement modéré, Conversation possible, Augmentation modérée de la fréquence cardiaque perçue

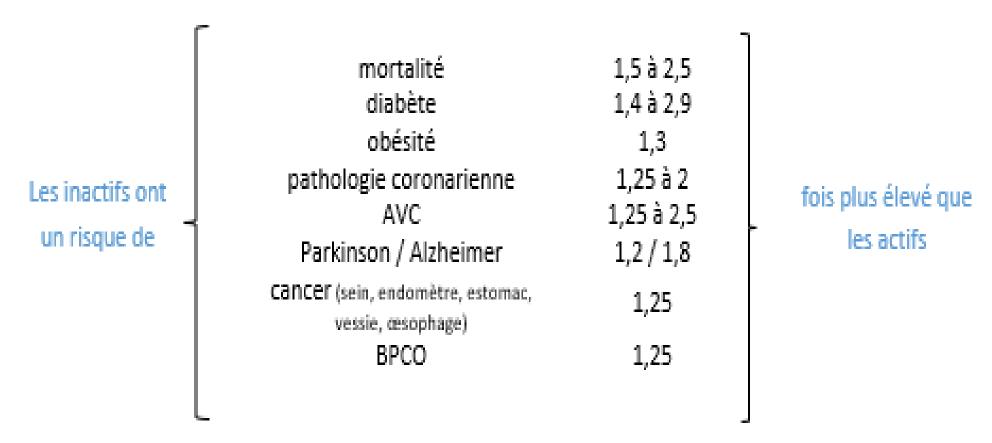


Recommandations OMS

150 à 300 minutes d'activité physique modérée par semaine pour les adultes

seuls 61 % des adultes atteignent les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé en matière d'activité physique

Figure D : Impacts estimés sur la santé de l'inactivité physique



Note : Figure tirée du Tableau 29 du rapport. « Inactif » renvoie ici à l'absence d'activité physique et non pas au non-respect des recommandations de l'OMS.

Pourquoi le sport fait du bien

Cancers

Diminution du risque de Cancers:

- K côlon :-17 % risque en cas d'activité physique régulière par rapport à un état sédentaire
- K sein :-20 %.
- environ -40 % de décès K colon et sein en moyenne après le diagnostic
- K de l'endomètre, du poumon, du rectum, de la prostate, de l'ovaire, de la thyroïde ou encore du pancréas des niveaux de preuve plus ou moins importants.

Effet dose :par période de 30mn/j d'activité physique supplémentaire, le risque de K du côlon diminue de 12 %.

Mécanismes:

- contrôle du poids (augmentation associée à cancers :œsophage, endomètre, rein, côlon-rectum, pancréas, ou encore sein après la ménopause)
- Réduction du taux de certaines hormones et facteurs de croissance (insuline, IGF-1, etc.), qui favorisent la prolifération cellulaire.
- réduction du temps d'exposition de la muqueuse digestive aux cancérogènes d'origine alimentaire pour K du colon(accélération du transit)
- K du sein : diminution du taux d'estrogènes en circulation et améliore l'immunité.





Effets directs

diminution du travail cardiaque en réduisant les résistances périphériques

Les effets sur les facteurs de risque

diminution de la pression artérielle et le risque d'hypertension, augmente la sensibilité à l'insuline diminue le risque de survenue d'un diabète de type 2, augmente le cholestérol-HDL, diminue les triglycérides et la lipémie post-prandiale

Effets indirects

réduit l'agrégation plaquettaire et a un effet antithrombogène

Santé mentale

La pratique régulière d'une AP a un effet protecteur vis-à-vis du stress, de l'anxiété et des symptômes dépressifs chez les personnes non déprimées de tous âges en bonne santé, âgées ou adultes atteintes d'une pathologie chronique(Inserm 2019)

(Endocannabinoides , endorphines , dopamine , sérotonine , BDNF)

Dépression

Chez les patients atteints d'un épisode dépressif caractérisé, l'AP réduit les symptômes dépressifs et améliore la qualité de vie et la sexualité. Elle participe à la prévention des récidives

Résultats scolaires

La pratique du sport améliore les résultats scolaires (comportement en classe ,concentration, attention , mémorisation, estime de soi)

Maladies Neurologiques

Alzheimer >= 20 mn/semaine le risque diminue de 35% **Parkinson** :-34% le **risque** de maladie de Parkinson







Du sport oui! Mais pas n'importe comment...

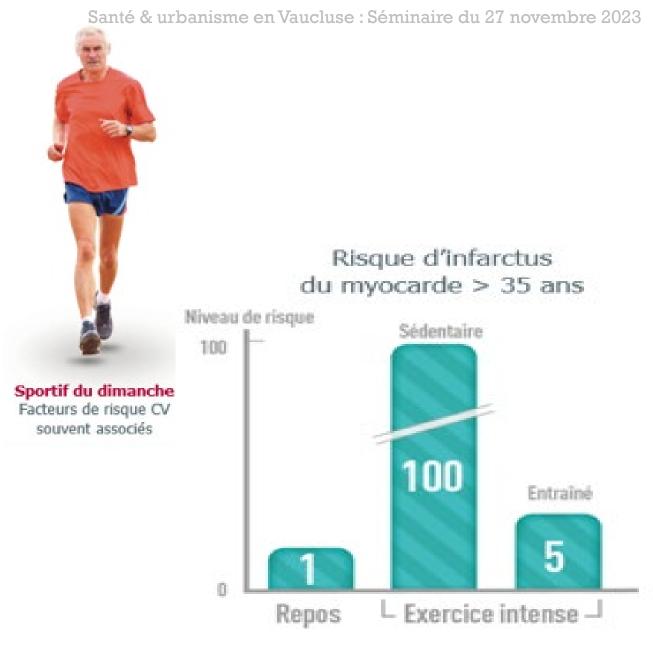
La pratique sportive au long cours a des effets bénéfiques indéniables sur la santé

MAIS...

Pendant la pratique intense, le risque cardiovasculaire est majoré et un accident peut révéler une cardiopathie méconnue et non induite par le sport



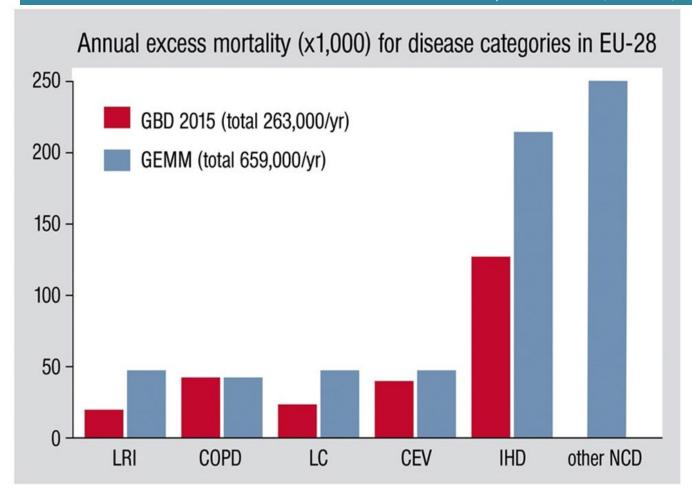
Prévention efficace

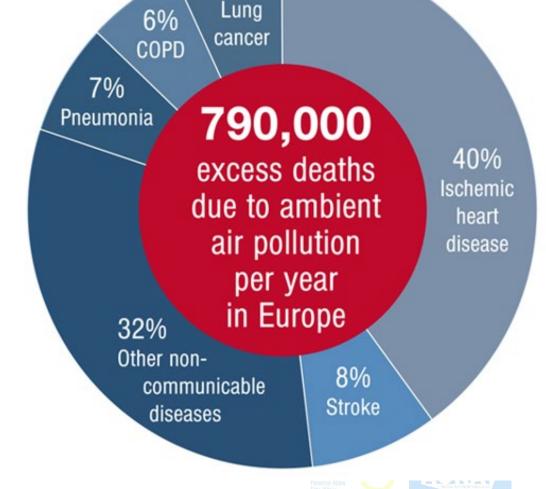


Siscovick et al. Physical activity and coronary heart disease among asymptomatic hypercholesterolemic men. Am J Public Health 1988: 78:1428-1431

Excès de mortalité estimé attribué à la pollution de l'air en Europe et aux catégories de maladies associées.

Jos Lelieveld et al European Heart Journal, Volume 40, Issue 20, 21 May 2019, Pages 1590-1596





7%

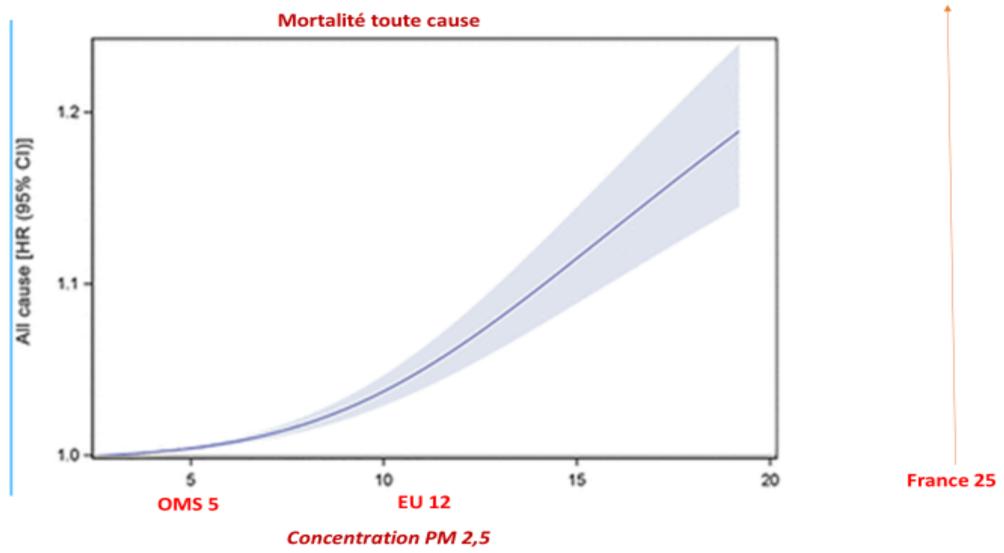
MONDE :8,8 Million CHINE : 2,8 Million

FRANCE: 67000 morts

Risque de mortalité et pollution de l'air par les particules fines dans une large cohorte représentative d'adulte américains

Arden POPE 3 Env Health Persp 2019 july

Risque de mortalité par augmentation de 10µg/m3 PM2,5 : Mortalité toute cause : +12%





Association entre les effets combinés de l'intensité de l'activité physique et des particules et la mortalité toutes causes confondues chez les personnes âgées. Park et al 2023 Mayo clinic

- 81 326 qui participaient à une activité physique (AP) régulière ; suivi de 45 mois
- Association entre les effets combinés de l'intensité de l'AP et des particules de 10
 µm ou moins de diamètre (PM 10) et la mortalité toutes causes confondues.
- Une AP vigoureuse était associée à une mortalité accélérée à des niveaux élevés de PM ₁₀ (. +4,9% du risque si +10% de VPA / -2,8% si PM10 faibles à modérées)
- Une AP Légère ou AP Modérée niveaux élevés PM 10 -4,8%
 niveaux faibles à modérés de PM 10, -2,3%
- Optimiser le niveau d'AP et d'exercice
- Réduire la pollution de l'environnement
- Objectif: réduire le risque de mortalité de l'ensemble de la population



Sports intérieur ou extérieur?

Dans les gymnases

- Pollution plus importante de PM10 (>150μg/m3 vs <50μg/m3 à l'extérieur)
- Cause 1 : poussière de craie en suspension
- Cause 2: confinement et processus de resuspension des microparticules

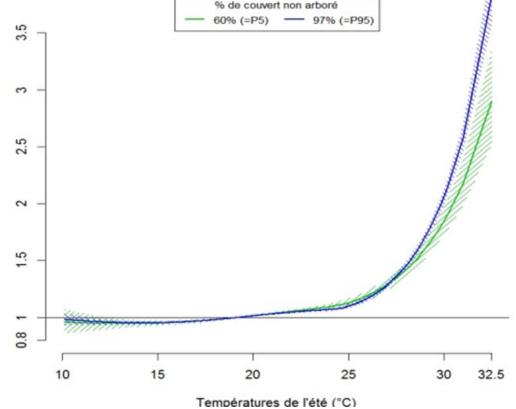
ne pas modifier les pratiques habituelles d'aération et de ventilation votre logement mais le faire aux heures où la pollution est plus faible Filtre HEPA si voie de circulation proche

Du sport oui mais pas n'importe où et n'importe quand

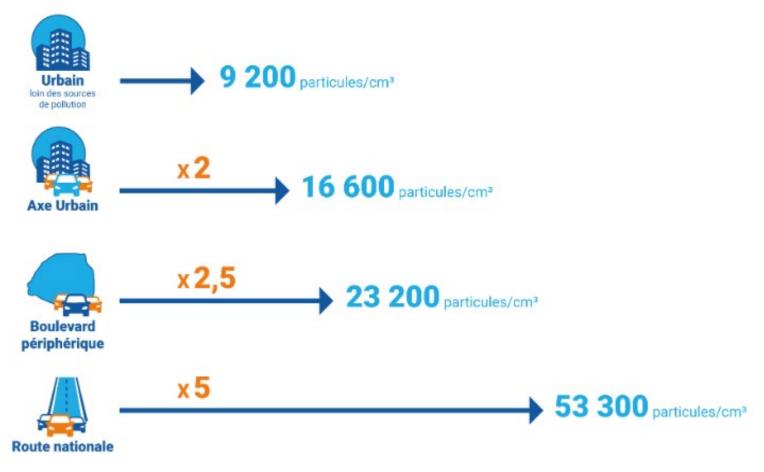
Relations température-mortalité dans les communes peu et très arborées – Effet cumulé sur 10 jours – Paris et petite couronne

- Il n'est pas recommandé de faire de l'exercice le long des voies de circulation
- Pollution Particulaire , NO2
- Pollution Ozone





Campagne de mesure sur les particules ultrafines -Airparif - été 2021



Des pics horaires dépassant 300 000 particules/cm3 ont été mesurés le long d'un des axes pendant la campagne de mesure.

Des terrains de sport près de voies de circulation : PAS UNE BONNE IDEE





Exposition à court terme et syndrome coronarien

Facteur déclenchant d'Infarctus du myocarde:

- Augmentation de 10 µg/m3 des PM2,5 ⇒ augmentation de 4,5 % du risque d'événement coronarien aigu.
- Associations les plus fortes avec une exposition le jour même ou moyenne des 2 jours précédents.

Pope et al. Circulation 2006;114:2443-2448

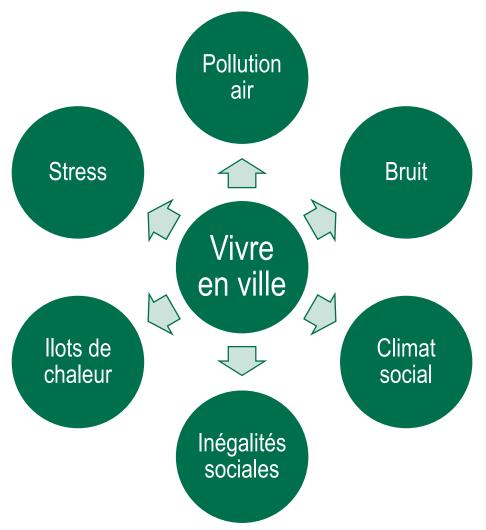
Zhang et al. *J Epidemiol* 2016;26(10):538-545

- Augmentation à court terme du NO2 également associée à l'infarctus du myocarde
- Milojevic et al. Heart. 2014 Jul;100(14):1093-8
- Argacha et al. Int J Cardiol. 2016 Nov 15;223:300-305

Pas de jogging sur l'autoroute

La nature = les caractéristiques physiques et les processus d'origine non humaine que les gens peuvent normalement percevoir (Hartig)









The health benefits of the great outdoors: A systematic review and meta-analysis of greenspace exposure and health outcomes

Caoimhe Twohig-Bennett, Andy Jones, Environmental Research, vol. 166, 2018-10 https://doi.org/10.1016/j.envint.2021.106811

√ 143 études : 100 études observationnelles /43 études interventionnelles

- ✓ Population combinée >290 millions
- ✓ Les personnes à faible statut socio-économique en bénéficient le plus



Résultat	N (participants)	Rapport de cotes (IC à 95 %)	Hétérogénéité
Bonne santé autodéclarée	10 (41873103)	1.12 (1.05, 1.19)	100%
Naissance prématurée	6 (1593471)	0,87 (0,80, 0,94)	68%
Diabète de type II	6 (463220)	0,72 (0,61, 0,85)	73%
Mortalité toutes causes confondues	4 (4001035)	0,69 (0,55, 0,87)	96%
Hypertension	4 (11228)	0,99 (0,81, 1,20)	62%
Petit pour l'âge gestationnel	4 (1576253)	0,81 (0,76, 0,86)	65%
Mortalité cardiovasculaire	2 (3999943)	0,84 (0,76, 0,93)	54%
Accident vasculaire cérébral	3 (256727)	0,82 (0,61, 1,11)	59%
Dyslipidémie	2 (5934)	0,94 (0,75, 1,17)	57%
Asthme	2 (2878)	0,93 (0,57, 1,52)	68%
Maladie coronarienne	2 (255905)	0,92 (0,78, 1,07)	48%





Urban Nature Experiences Reduce Stress in the Context of Daily Life Based on Salivary Biomarkers

Hunter MR, Gillespie BW and Chen SY-P, Front. Psychol., 2019-04 https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00722/full

- ✓ 8 semaines, 36 citadins ont une expérience avec la nature au moins 3 fois/semaine pendant une durée de 10 min ou plus Cortisol :-21,3%/heure

 L'efficacité maximale par temps consommé entre 20 et 30 mn : -18% après les bénéfices continuent à s'accumuler mais à un rythme réduit (-11%/h)
- ✓ Le type d'activité n'a pas influencé la réponse du cortisol
- ✓ alpha-amylase salivaire: -28,1%/h uniquement pour les participants les moins actifs assis ou assis avec un peu de marche



Effect of nature prescriptions on cardiometabolic and mental health, and physical activity: a systematic review

Phi-Yen Nguyen, Thomas Astell-Burt, Hania Rahimi-Ardabili, Xiaoqi Feng, Lancet planetary health, 2023-04 https://doi.org/10.1016/S2542-5196(23)00025-6

Pression artérielle systolique -4.82 mm Hg

Pression artérielle diastolique −3.82 mm Hg

Scores de dépression : effet modéré à important

Augmentation plus importante du nombre de pas quotidiens (différence moyenne 900 pas)

Pas d'amélioration du temps hebdomadaire d'activité physique modérée

- ✓ Les effets bénéfiques sur les scores d'anxiété et de dépression : surtout si interventions par des **professionnels sociaux**
- ✓ Les effets bénéfiques sur la tension artérielle et le nombre de pas quotidiens : surtout si interventions par des **professionnels de la santé**

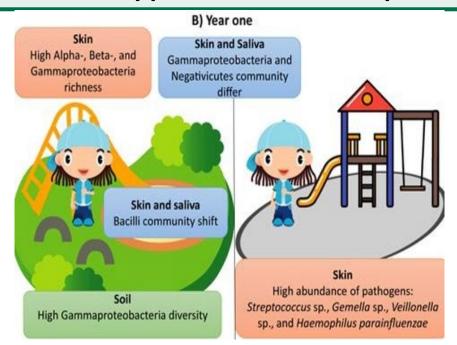




Long term biodiversity intervention shapes health-associated commensal microbiota among urban day-care children

Marja I Roslund, Riikka Puhakka, Noora Nurminen (et al.), Environment International, vol. 157, 106811, 2021-12 https://doi.org/10.1016/j.envint.2021.106811

Sur 2 ans le verdissement des cours d'école a enrichi le microbiote commensal et supprimé les bactéries potentiellement pathogènes sur la peau



A 1 an : abondance relative plus faible de bactéries potentiellement pathogènes, Haemophilus parainfluenzae, Streptococcus sp. et Veillonella sp., par rapport aux enfants des crèches classiques

L'impact de l'environnement bâti sur l'activité physique, l'alimentation et le poids Institut national de santé publique du québec 2010

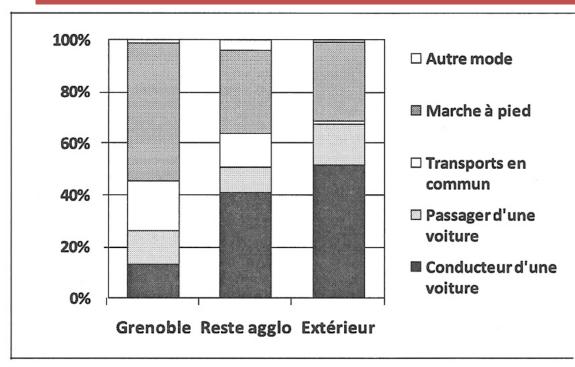
https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/1108_impactenvironbati.pdf

- Un quartier de résidence à plus fort potentiel piétonnier est associé à la pratique de transport actif : une plus faible densité résidentielle, une absence de centre-ville ainsi qu'une faible connexité des rues; serait quant à lui associé à une plus grande prévalence d'excès de poids.
- Des infrastructures de transport non motorisé, ça compte : utilisent davantage le transport actif lorsque plusieurs destinations (commerces, écoles, etc.) sont situées près de leurs résidences et qu'elles sont reliées à ces dernières par des routes facilitant le cyclisme, la marche et le transport en commun.
- Plus d'infrastructures récréatives et sportives pour plus d'opportunités de bouger
- Un bon accès à des commerces offrant des aliments sains, diversifiés et à bons prix est associé à une saine alimentation

• Un milieu particulier : l'environnement bâti dans les quartiers défavorisés



Entre « automobilité », proximité et sédentarité Quels modèles de mobilité quotidienne pour les résidents âgés des espaces périurbains ? Pascal Pochet et Remi Corget https://doi.org/10.4000/eps.4604



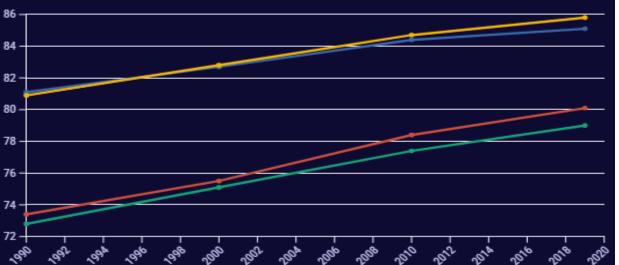
Les espaces périurbains (dont le périurbain diffus) se distinguent de l'agglomération par les faibles possibilités de mobilité, mécanisée ou pédestre qu'ils offrent aux ménages âgés sans voiture, trait qui les rapproche très nettement des zones plus rurales,

la densité d'habitat apparaissant comme un facteur déterminant des niveaux de mobilité des personnes âgées. [Corget, 2007]

Tableau 4. Nombre de déplacements (mécanisés / tous modes) réalisés par les hommes et les femmes de 65 ans et plus selon le lieu de résidence et l'équipement du ménage en voiture

		Femme ménage non motorisé	Femme ménage motorisé	Homme ménage non motorisé	Homme ménage motorisé
	Agglomération grenobloise	0,95 / 2,16	2,21 / 3,25	0,99 / 2,52	2,27 / 3,54
	Espaces périurbains denses	0,78 / 1,90	2,22 / 3,28	0,24 / 1,28*	2,60 / 3,08
	Espaces périurbains diffus	0,52 /0,96	2,26 / 2,63	0,36 / 1,47*	2,49 / 2,97
	Espaces ruraux de plaine	0,48 / 1,04	1,90 / 2,54	0,16 /0,85*	2,45 /2,94
	Espaces ruraux de montagne	0,34 / 1,37	1,47 / 2,41	0,12 / 0,81*	1,85 / 2,73
	Ensemble du périmètre	0,75 / 1,76	2,12 / 2,99	0,63 / 1,85	2,31 / 3,23

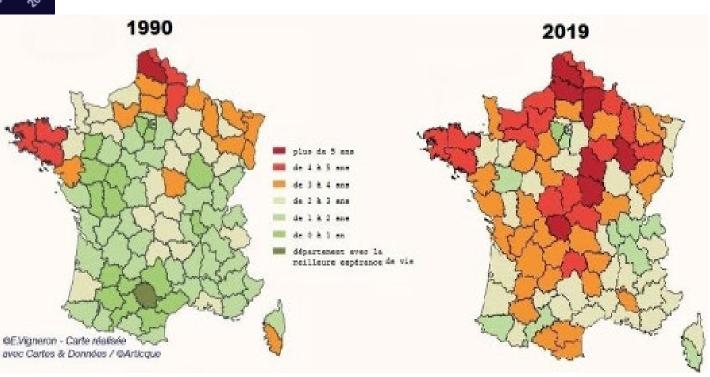
de 1990 à 2019 (en année)



Source: <u>AMRF/Emmanuel Vigneron</u> • Lecture : En 1990, les femmes vivant en milieu rural avaient une espérance de vie de 81,1 ans.

Offre de soins , déserts médicaux Conditions socio économiques Santé & urbanisme en Vaucluse : Séminaire du 27 novembre 2023

Etude des maires ruraux de France 2023



Périurbanisation et transformation du gradient de la mortalité urbaine en Suisse pour la SWISS NATIONAL COHORT Mathias Lerch et al, Population 2017/1 (Vol. 72), pages 95 à 126

- Effet de la périurbanisation sur la géographie de la mortalité.
- l'espérance de vie est plus faible dans les centres-villes et les zones rurales que dans les ceintures d'agglomération urbaine.
- Les profils de mortalité par âge et par cause suggèrent que les modes de vie spécifiques à la population des centres-villes et liés à la concentration spatiale des groupes défavorisés jouent un rôle dominant dans l'élaboration de ce schéma.
- Pour la mortalité entre 20 et 64 ans, l'avantage de mortalité observé dans les zones périurbaines peut s'expliquer par une concentration d'individus très instruits et de familles.
- la surmortalité entre 20 et 64 ans dans les centres-villes résulte d'un environnement de vie matériel et social plus défavorisé.
- Cependant, ces conséquences socio-économiques de la périurbanisation ne parviennent pas à rendre compte du gradient de mortalité urbaine observé chez les personnes âgées.(isolement, veuvage, niveau de vie...)

Déroulé









Introduction

Promouvoir et adapter l'activité physique en milieu urbain

Dr Pierre SOUVET

Design Actif: définition et méthodologie

Dominique PARET

Retours d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé

Ville du Thor et Ville d'Avignon







MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET DE DESIGN ACTIF

Séminaire Urbanisme et santé « Bouger (plus) dans ma ville » - 27 novembre 2023

<u>Contact</u>:

Dominique PARET, Directeur Général

Mail: dominique.paret@citeservices.fr

Mobile: +33(0)6 07 25 60 03





SOMMAIRE

LETTRE OUVERTE

- 1. QUI SOMMES-NOUS?
- 2. NOTRE VISION DU DESIGN ACTIF
- 3. ACCOMPAGNEMENT TYPE
- 4. BUDGET TYPE

ANNEXES: EXEMPLES



Lettre ouverte

Le design se doit d'être ouvert vers la ville et sa population. Il est un acte social pour rendre service aux gens dans leur quotidien.

Le design ne peut se concevoir sans une relation directe, interactive même, entre le concepteur et l'usager. Il doit être au cœur de la fabrication et du déploiement des politiques publiques portées par la collectivité. Cet enjeu est d'autant plus prégnant dans les projets d'aménagement et d'activation des quartiers.

Dans ce domaine, le design actif est une clef de la réussite du projet : la conception

d'un bâtiment, d'un paysage, d'une ville, d'une rue, doit permettre grâce à l'intégration de l'activité physique dans la vie quotidienne de ses occupants, de favoriser ainsi son appropriation par le plus grand nombre tout en répondant aux enjeux de santé publique.

C'est la cohérence de ces nouveaux signaux et de ces nouveaux usages qui permettra de faire lire cette nouvelle identité du quartier et qui donnera envie aux usagers de près et de loin de vouloir s'y rattacher.

QUI SOMMES-NOUS?

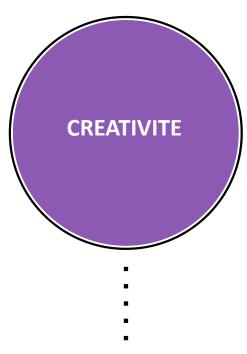
Une agence de design d'expériences et de services

- Cité Services accompagne les entreprises et les administrations dans leurs démarches d'innovation par des méthodologies de design centrées usagers.
- Elle s'appuie à la fois sur les travaux de recherche, une veille et une analyse des tendances de l'innovation et du design.
- Cité Services opère, pour le compte de l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires, le dispositif design actif du programme « Action Cœur de Ville » et bénéficie de ce fait d'une expérience significative dans le domaine (près de 100 collectivité accompagnées).

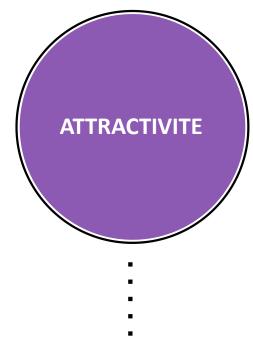




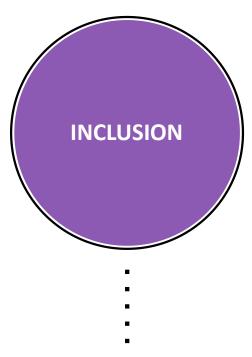
Notre approche territoriale



Nous stimulons chez nos clients les façons traditionnelles de penser ou d'agir, et leur permettons, en faisant « un pas de côté » de développer de nouvelles idées.



Nous donnons à nos clients la capacité de mobiliser et impliquer leurs usagers, grâce à une anticipation des attentes et pratiques sociales.



Nous pratiquons pour nos clients l'hybridation des publics et des compétences dans une approche d'innovation ouverte et de **design pour tous**.



NOTRE VISION DU DESIGN ACTIF





Propos liminaires

Le contexte de crise sanitaire et les multiples confinements ont fait grimper les chiffres déjà alarmants du nombre de cas d'obésité infantile et adulte en France.

Nous avons alors pris le parti de requestionner le design actif : loin des parcours de santé classiques avec agrès et vélos elliptiques qui ne ciblent que les sportifs aguerris et les habitués, les cibles du design actif aujourd'hui sont bien les enfants, parents, personnes trop sédentaires, voir en situation d'obésité et personnes âgées.

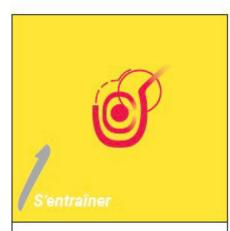
À travers son accompagnement, Cité Services souhaite donner l'occasion aux villes de requestionner le sport, les pratiques libres, sa représentation sociale et la rigueur parfois associée et imposée, pour diriger les usagers vers une expérience davantage divertissante et inclusive.

Pour répondre aux besoins réels d'inclusion et de création d'intérêt, afin de faire sortir les habitants de chez eux, il est nécessaire de redéfinir la notion de design actif, et à travers celle-ci, celle du sport en plein air pour le grand public.

Pour cela une démarche de conception d'un parcours de design actif est composée de deux temps complémentaires :

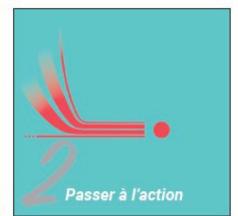
- un diagnostic urbain et social, enrichi par les éléments partagés par la collectivité pour comprendre le projet de quartier, ses cibles privilégiées, ses activités et équipements phares.
- une proposition créative, d'expérience usagers globale imaginée pour proposer un parcours de design actif accessible au plus grand nombre et prenant en compte les spécificités des typologies d'espaces qui façonnent la ville.

Le design actif : 4 temporalités pour des expériences à l'intensité variable



Avant chaque nouvelle expérience, on connaît l'appréhension, la peur de ne pas y arriver, de ne pas savoir faire, de se blesser. Les zones d'entraînement vont aider les usagers à faire le premier pas, à oser. Par des espaces dédiés et des mobiliers urbains adaptés, ils sont invités et encouragés à expérimenter dans la ville.

inciter - faciliter - motiver
 inclusion



Des zones d'action, équipées de mobilier urbain dédié à l'activité physique, sportive et divertissante à la fois. Ces endroits proposent une intensité d'action forte dans la ville, ils peuvent être des places, mais aussi des zones peu spacieuses telles que des ruelles, des chemins auxquels on redonne de l'intérêt à travers le maillage d'un parcours dans la ville.

dynamisme • pratique physique
 performance • santé et bien être



Des lieux, spacieux ou plus confidentiels, qui incarnent un trait de caractère de la ville en proposant un élément à observer, un mobilier, une action à expérimenter, un point de vue particulier avec une esthétique forte qui provoque l'envie de prendre une photo et de créer son souvenir sur le lieu. Celui-ci devient alors emblématique pour la ville et pour ses habitants.

identité · symbolique · image
 appartenance



Des espaces de détente, de repos et de pause. Dédiées à l'intergénérationnel, ces zones sont aménagées pour servir la fonction d'arrêt et créer ainsi une zone de destination pour tous les publics confondus.

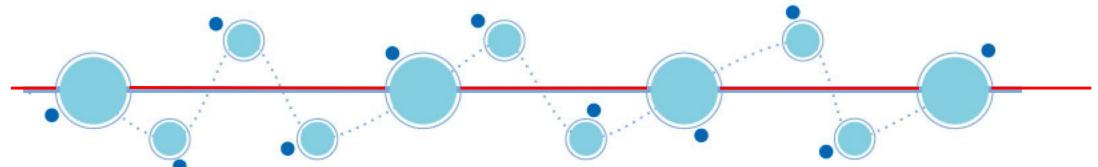
identité • symbolique • image
appartenance



Le design actif : la notion de parcours

Un parcours implique trois variables principales :

- La première implique l'étendue du parcours et son identité, sa raison d'être. Il est nécessaire de trouver une cohérence qui crée une identité sur l'ensemble du parcours nommé, tout en l'intégrant harmonieusement avec l'existant et les contraintes qui y sont liées : charte graphique pour l'aménagement d'un parcours.
- La deuxième est celle d'un point de départ et d'un point d'arrivée, car il s'agit de se rendre quelque part, cependant ces deux points ne sont pas obligatoirement déterminés. Il est cependant nécessaire de savoir où l'on est et où l'on va : signalétique.
- La troisième est celle de point d'intérêt. Sur un parcours doivent être clairement identifiées des étapes avec un mobilier urbain plus présent et spécifique justifiant un temps d'arrêt, historique, commercial, sportif...: mobilier urbain/fresque.



Le design actif : charte graphique pour l'aménagement d'un parcours

La charte d'aménagement urbain est garante d'une cohérence esthétique, matérielle et informationnelle dans l'aménagement global du parcours. Ce dernier peut prendre différentes formes: continue, fractionnée ou encore éclatée... Cependant, l'usager doit retrouver une cohérence entre les différentes étapes de sa déambulation, quelle que soit sa motivation.

Cette charte doit comprendre :

- Une analyse des contraintes : interdictions d'aménagements comme les zones protégées par les Bâtiments de France par exemple, ou encore une étude sur l'inclusion et les conflits d'usages potentiels liés aux activités présentes et à venir.
- Une identité : Cela implique entre autres une colorimétrie, un choix de matériaux, une tonalité d'expression et anticiper les usages présents pour s'y adapter au mieux.
- Une étude des usages : un retour qualitatif des habitants sur un format de type concertation citoyenne pour s'assurer de la bonne direction artistique et stratégique qui est menée en faveur des personnes qui habitent et pratiquent les zones du parcours.







Le design actif : signalétique

La signalétique est un maillon essentiel lorsque l'on parle de parcours. Pouvoir se repérer, savoir où l'on est et où l'on va est essentiel pour le confort d'usage. C'est aussi une manière d'habiller l'espace et de créer une identité forte autour d'un lieu donné. Cette signalétique doit donc se retrouver tout au long du parcours pour rassurer et informer la déambulation des usagers. L'information liée à la signalétique doit répondre à la règle des trois «D» : la Direction, la Distance et la Destination. À cela peut parfois s'ajouter une carte ou un schéma représentant le positionnement actuel dans le parcours. La signalétique peut prendre diverses formes :

- Marquage au sol : Le marquage au sol est le plus souvent utilisé pour donner une direction et sera représenté par une ligne/bande colorée liant les différents éléments du parcours entre eux.
- Objet directionnel : Elle peut également se matérialiser avec un objet souvent plus imposant et indiquant une direction plus importante sur un parcours avec une échelle de valeurs quant à l'information apportée.









Le design actif: mobilier urbain

Le mobilier urbain intervient sur le parcours de manière ponctuelle, à des fréquences et des intensités variables en fonction des besoins et de l'environnement. Il répond sur le terrain à des besoins d'usages (se reposer, se détendre, bouger...). Il ne se limite pas à des assises et englobe l'affichage, l'éclairage, les poubelles publiques, les abris, les stations vélo...

Ce mobilier apparaît en règle générale pour marquer un temps d'arrêt sur un point d'intérêt :

- **Historique** : relatif au patrimoine, il peut s'intégrer discrètement à l'existant afin de ne pas dénaturer l'environnement, tout en valorisant l'espace et répondre aux besoins des usagers.
- **Culturel** : dans une approche semblable à à la valorisation historique, il marquera un temps d'arrêt sur des lieux et des interventions culturels.
- Environnemental : certaines interventions impliquent de travailler dans des espaces de types parcs et jardins en interaction directe avec l'environnement. À ce titre il s'agit de mobilier avec des matières plus nobles et parfaitement intégré au lieu.
- Social : l'implantation d'un mobilier à vocation sociale et sportive invitera plus régulièrement à un aménagement plus imposant afin de favoriser les interactions entre les personnes.







Le design actif: quelques cas d'application particuliers

Cité Services a approfondi plusieurs cas d'usages particuliers dont les inspirations sont fournies en annexe :

- Inciter à l'usage des escaliers est un des enjeux du design actif. Les escaliers sont un frein à la fois physique et psychologique pour les usagers, mais également un challenge d'aménagement urbain, car ils représentent des liens nécessaires au maillage de la ville. Afin de faciliter leur pratique, nous proposons différentes préconisations accompagnées d'exemples.
- Le design actif dans son objectif de mise en mouvement vise également à revitaliser les quartiers des ville. Les contraintes liées à l'implantation du design actif sont pourtant, souvent, très fortes dans cet environnement particulier. Chaque ville a ses spécificités, et il s'agit de jongler, d'une manière ou d'une autre, avec l'étendue de ces contraintes patrimoniales et urbaines.
- Nous observons une ambition politique et un désir croissant de la part des usagers pour aller vers une plus large piétonisation de l'espace urbain. La question de la proximité des écoles et plus largement des services publics est un enjeu clé : source de sérénité et de sécurité, on remarque notamment une apparition croissante de pédibus dans les villes. Concernant le design actif, nous parlons alors de l'aménagement des **50 derniers mètres** (qu'il s'agisse d'une piétonisation complète, partielle, temporaire ou pérenne).
- La **cour d'école** est un espace idéal pour la valorisation et la promotion du sport-santé. Au-delà d'une approche purement sportive cela soulève des questions inhérentes aux enjeux contemporains et au bien-être physique et psychologique de nos enfants. Le design éducatif peut aussi être une réponse pour la mise en place les « 30 minutes d'activités physiques quotidienne » sans pénaliser l'apprentissage des autres matières (bouger en apprenant).

03

ACCOMPAGNEMENT TYPE

NOTRE APPROCHE: LE DESIGN DE SERVICES

Le design de services s'intéresse à la relation de service entre un usager et une structure marchande ou non, pour proposer un processus collaboratif et inclusif visant à la conception globale d'un nouveau service.

Il conçoit l'interface utile et accessible d'un système ou d'un service, en tant que partie visible d'une structure plus vaste qu'il organise ou appréhende pour le meilleur usage du service. Il intervient à ce titre comme outil de médiation entre technique, organisation, processus et usagers.

Le design de services répond particulièrement à des besoins liés aux aménagement de l'espace public de par sa capacité à placer l'usager au cœur du dispositif de création pour répondre aux enjeux d'inclusion sociale et culturelle et d'accessibilité pour tous.

GRANDS PRINCIPES D'INTERVENTION DANS LE CADRE DE NOTRE ACCOMPAGNEMENT

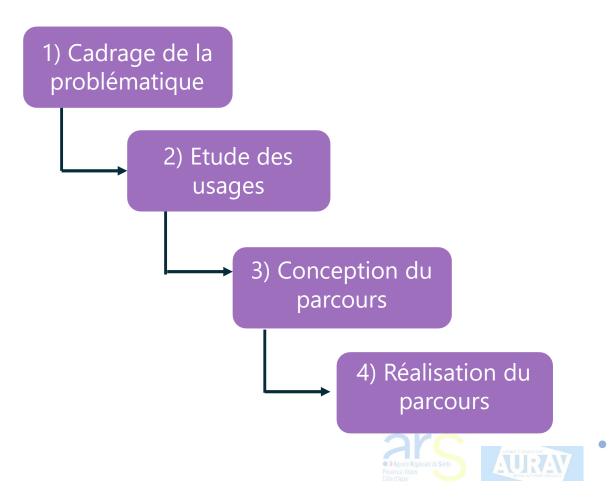
Dans un premier temps, nous réaliserons avec l'équipe projet de la Ville un entretien de cadrage afin de préciser le champ d'intervention souhaité et les problématiques associées.

L'approche méthodologique proposée vise à mobiliser sur des temps identifiés à l'avance et n'excédant jamais 2h les équipes concernées.

Elle s'articulera selon quatre temps :

- Le cadrage de la problématique,
- l'étude des usages (immersion),
- la conception du parcours de design actif,
- la réalisation du parcours de design actif.

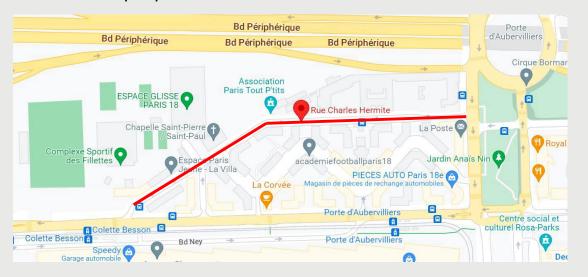
L'accompagnement sera réalisé sur une durée inférieure à 5 mois selon les contraintes de la collectivité.



PRESENTATION DE LA MÉTHODOLOGIE DE TRAVAIL PROPOSÉE

1. CADRAGE DE LA PROBLEMATIQUE

- Prise en compte de l'existant (Dispositifs d'aménagements temporaires ou pérennes proposés à lier au projet de design actif, documents de programmations, compte-rendu des concertations...) et échanges sur les attentes associées avec la Ville.
- Entretien de cadrage (présentiel) et préparation de la visite sur site.



LIVRABLES

- Planning de la mission,
- Liste des contraintes opérationnelles à prendre en compte (temporelle, spatiale, organisationnelle, fonctionnelles et financières)
- Déroulé détaillé de la visite sur site.

DUREE

• 2 à 3 semaines selon disponibilité des interlocuteurs.

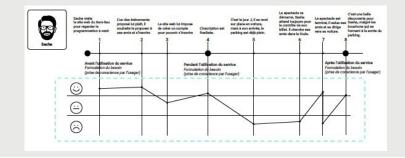


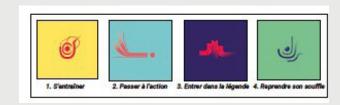
PRESENTATION DE LA MÉTHODOLOGIE DE TRAVAIL PROPOSEE

2. ETUDE DES USAGES

- Elaboration d'un protocole d'immersion (cf. page 18)
- Réalisation de l'immersion
 - 2 journées d'observation in situ (prévoir les autorisations et droits à l'image afférents pour les captations photos et vidéos) qui intégreront un atelier de concertation avec la population (idéation),
 - Réalisation d'entretiens qualitatifs (8 entretiens à définir avec la Ville) avec des acteurs représentatifs*.
- Conception de l'expérience usagers.







LIVRABLES

- Protocole d'immersion,
- Compte-rendu des entretiens/observations,
- Scénario des expériences usagers.

DUREE

• 2 à 4 semaines selon disponibilité des interlocuteurs.



^{*} Liste à valider avec la Ville

DEFINITION DU PROTOCOLE D'IMMERSION ET ORGANISATION DE L'IMMERSION

- Des parcours de natures différentes seront définis pour constituer le protocole d'immersion nécessaire à la phase d'observation :
- Parcours thématique suivant une typologie d'usager et une problématique de service public;
- Parcours ouverts multi-usagers et multiproblématiques de services publics ;
- Une liste des parties prenantes sera établie pour organiser la logistique de l'immersion.
- Deux méthodes complémentaires pourront alors être mises en œuvre par notre équipe de designers :

- L'observation silencieuse et documentée : le designer cherche à se faire oublier et prend en note les actions qui se déroulent devant lui sans intervenir. Il décide du temps d'observation en fonction de ce qu'il cherche et de ce qui s'improvise devant lui.
- L'entretien dirigé grâce à un questionnaire : le designer engage la discussion lors d'entretiens planifiés avec des interlocuteurs préalablement identifiés afin de balayer ce qui n'a pas été observé lors de l'observation silencieuse.

Les entretiens et les observations terrains permettront d'étudier les usages et pratiques du quartier et qualifier l'expérience de design actif attendue.

MÉTHODOLOGIE DE TRAVAIL PROPOSÉE

3. CONCEPTION DE LA PROGRAMMATION DESIGN ACTIF

• Conception :

- Conception de la programmation cible à partir de l'expérience usagers retenue,
- Conception des interventions graphiques et des embellissements de mobiliers,
- Rédaction d'un cahier des charges.

Concertation :

- Etude de faisabilité avec les services de la Ville,
- Atelier de concertation avec les usagers (validation des propositions).

• Finalisation :

- Prise en compte des retours,
- Finalisation du cahier des charges du projet de design actif,
- Pré-production du projet (sourcing fournisseurs, organisation pour la réalisation, planning de réalisation)

LIVRABLES

- Cahier des charges (expérience, parcours, plans et visuels),
- Plan d'exécution des interventions (graphismes et embellissement mobiliers),
- Planning de réalisation (délai, moyens, ressources).







DUREE

• 4 à 8 semaines selon disponibilité des interlocuteurs.



MÉTHODOLOGIE DE TRAVAIL PROPOSÉE

4. Réalisation

Préparation de l'intervention :

- Envoi programme d'intervention à la Ville pour validation et autorisations,
- Rédaction des fiches d'intervention pour les techniciens et artistes,
- Réalisation des commandes fournisseurs.

Réalisation du chantier :

- Préparation du chantier (balisage et mise en sécurité),

• Réception :

- Visite de réception avec la Ville,
- Prise en compte des réserves si nécessaire et interventions correctives.

Intervention des techniciens et artistes dans l'espace public, Clôture du chantier et nettoyage.







LIVRABLES

- Programme d'intervention et demandes d'autorisations,
- Procès verbal de réception.

DUREE

• 4 à 6 semaines selon contraintes d'intervention.



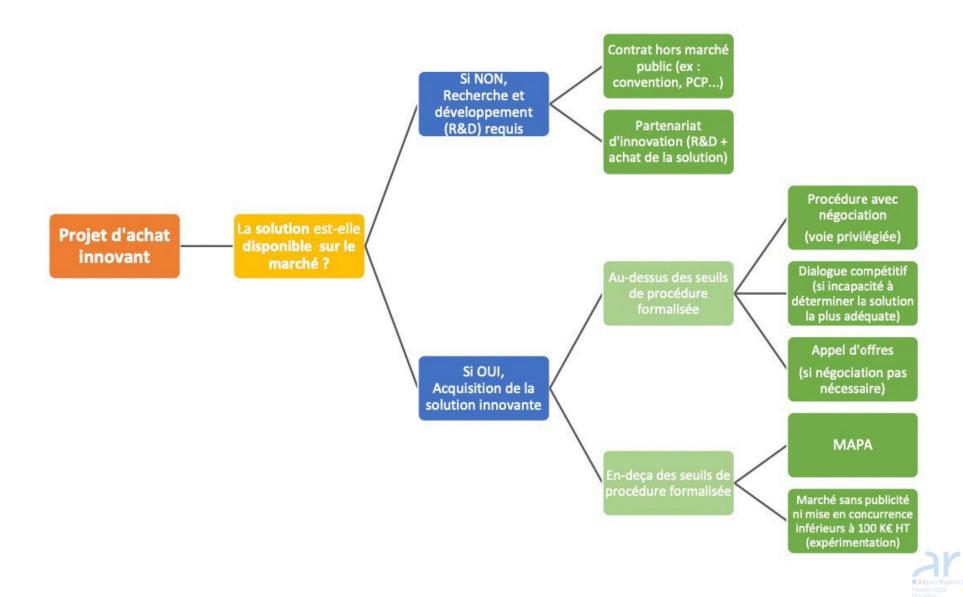
BUDGET TYPE

PRIX DE LA PRESTATION (EN € HT)

Modules d'intervention*	Montant HT
Etude et Conception	18 000 €
Réalisation	À partir de 25 000 €
Digitalisation (jusqu'à 3 parcours – sur 3 ans)	5 000€/an

^{*} POSSIBILITÉ DE METTRE EN PLACE UN MARCHE PUBLIC INNOVANT

PROCEDURE D'ACHAT INNOVANT



ANNEXES

PROJET D'ARENA EN LIBRE D'ACCES DU CHAMBON-FEUGEROLLES







Concept

PLAY:

Un stand propose de mettre à disposition, sur le principe de la location, des vélos pour les personnes souhaitant apprendre cette discipline. Dans cette zone se trouve également deux gonfleurs de pneus vélo ainsi que deux tables de ping-pong.

GO ON / JUMP:

Des installations fitness sont proposées dans ces zones permettant diverses pratiques physiques : vélo stationnaire, divers équipements trainer, step, barres de traction, etc.

START:

Devant la Maison des sports, un espace, sous forme de marquage au sol est modélisé afin de marquer le départ d'un parcours vélo. Il représente à la fois l'entrée et la destination de ce dernier. Une arche en tôle représente alors le passage à l'arrivée.

BREAK:

Une aire de pause est proposée avec bancs, tables de piqueniques, et légère restauration. Ceci encourage à pratiquer une activité physique, ainsi que les côtés conviviaux et l'intergénérationnels.

ESPACE PÉDAGOGIQUE:

Un espace dédié à l'apprentissage du vélo est proposé à l'arrière du parking. Il permet, grâce à du marquage au sol et à la signalétique, d'offrir la possibilité à tous et surtout aux enfants d'apprendre à faire du vélo.

GO ON / JUMP:

Des installations fitness sont proposées dans ces zones permettant diverses pratiques physiques : vélo stationnaire, divers équipements trainer, step, barres de traction, etc.

PARKING:

Le parking existant demeure toujours à l'arrière du bâtiment. Cependant, le weekend, n'étant pas exploité, un marquage au sol de type city-stade est proposé afin de donner l'opportunité aux habitants et jeunes de s'approprier l'espace.







PARCOURS DESIGN ACTIF SAINT-DIZIER









Déroulé









Introduction

Promouvoir et adapter l'activité physique en milieu urbain

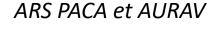
Dr Pierre SOUVET

Design Actif: définition et méthodologie

Dominique PARET

Retours d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé Ville du Thor et

Ville d'Avignon





Déroulé









Introduction

Promouvoir et adapter l'activité physique en milieu urbain

définition et méthodologie

Design Actif:

ARS PACA et AURAV

Dr Pierre SOUVET

Dominique PARET

Retours d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé Ville du Thor et Ville d'Avignon







« BOUGER (PLUS) DANS MA VILLE »





« AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS»







« AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - LE THOR»



Crédit photo : ville du T







« AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - LE THOR»







Crédit photos : ville du Thor







« AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - LE THOR»









«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VÉGÉTALISATION»

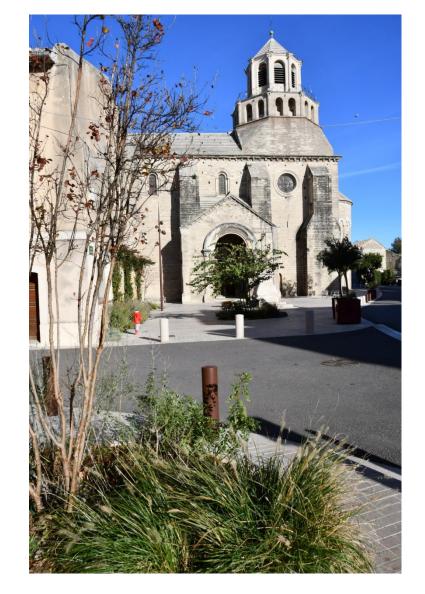




onale de Santé



«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VÉGÉTALISATION»









«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VÉGÉTALISATION»



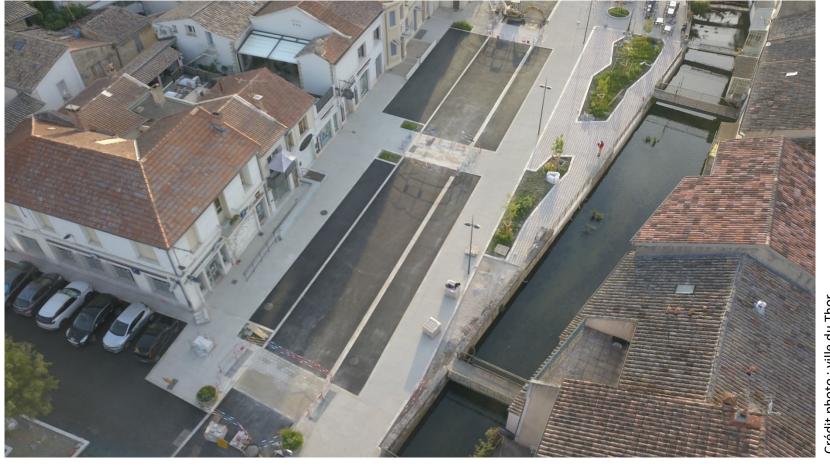
rédit photo : ville du Tho







«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VOIES DOUCES»



Crédit photo : ville du Thor







«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VOIES DOUCES»









«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VOIES DOUCES - CHEMIN DES ESTOURANS»









«AMÉNAGEMENT DES ESPACES PUBLICS - VOIES DOUCES - PARKING DES FERAILLES »











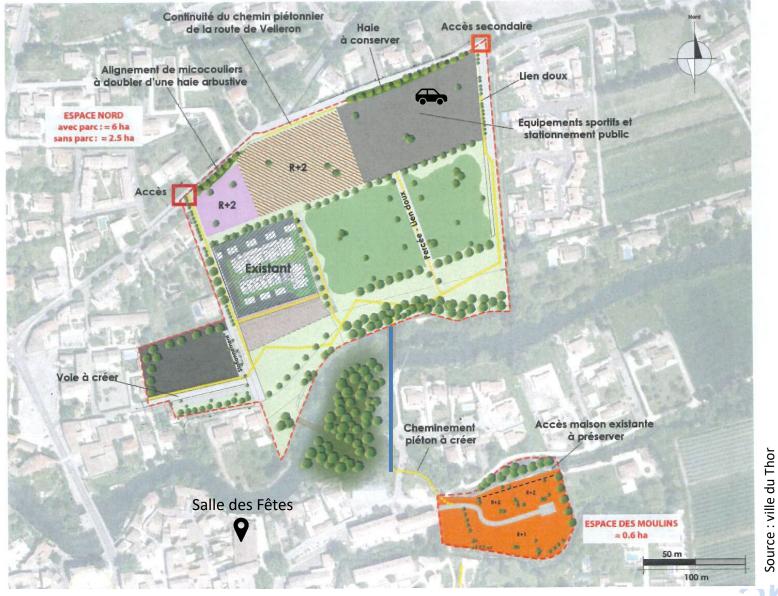
« ÉQUIPEMENTS SPORTIFS»







« ÉQUIPEMENTS SPORTIFS - BOULODROME»







« ÉQUIPEMENTS SPORTIFS - BOULODROME»



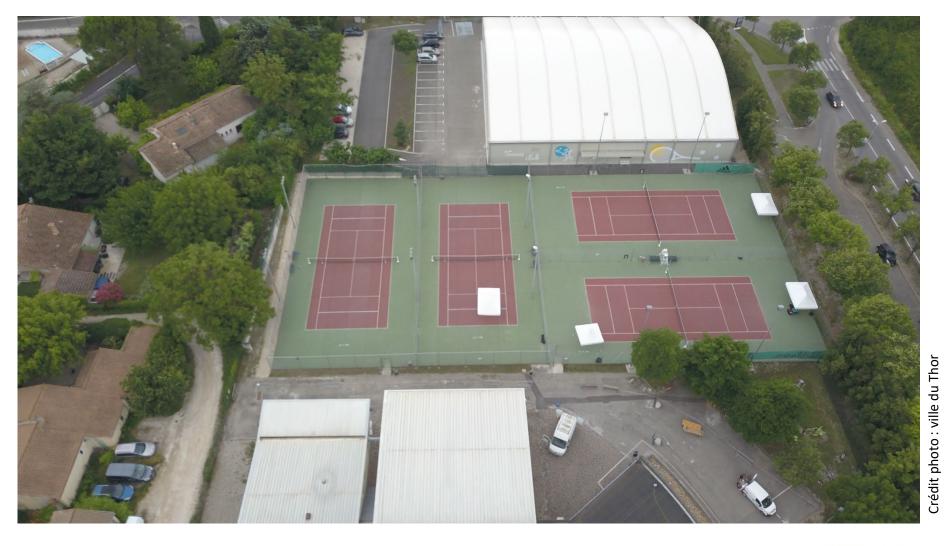
Source : ville du Thor







«ÉQUIPEMENTS SPORTIFS - COMPLEXE SPORTIF JEAN GARCIN»







«ÉQUIPEMENTS SPORTIFS - COMPLEXE SPORTIF JEAN GARCIN - SKATE PARK»



Crédit photos : ville du Thor







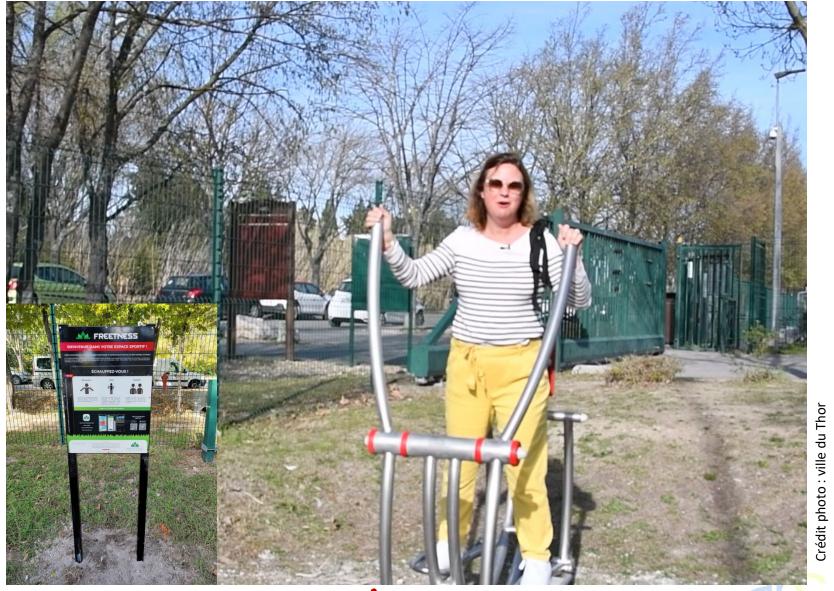
«ÉQUIPEMENTS SPORTIFS - COMPLEXE SPORTIF JEAN GARCIN - CITY STADE»







« COMPLEXE JEAN GARCIN - AGRÉS DE FITNESS»





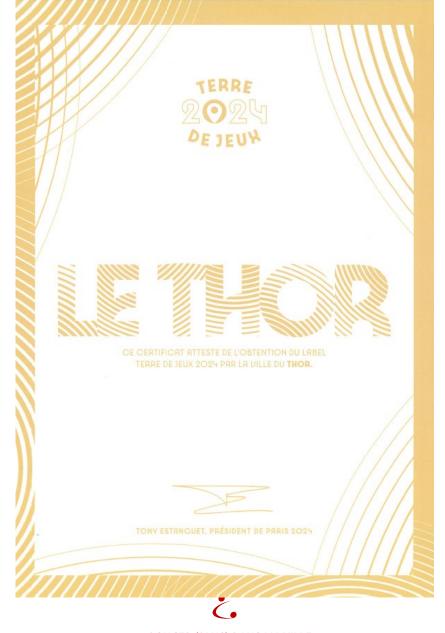
« PROMOTION DE LA MOBILITÉ ACTIVE»







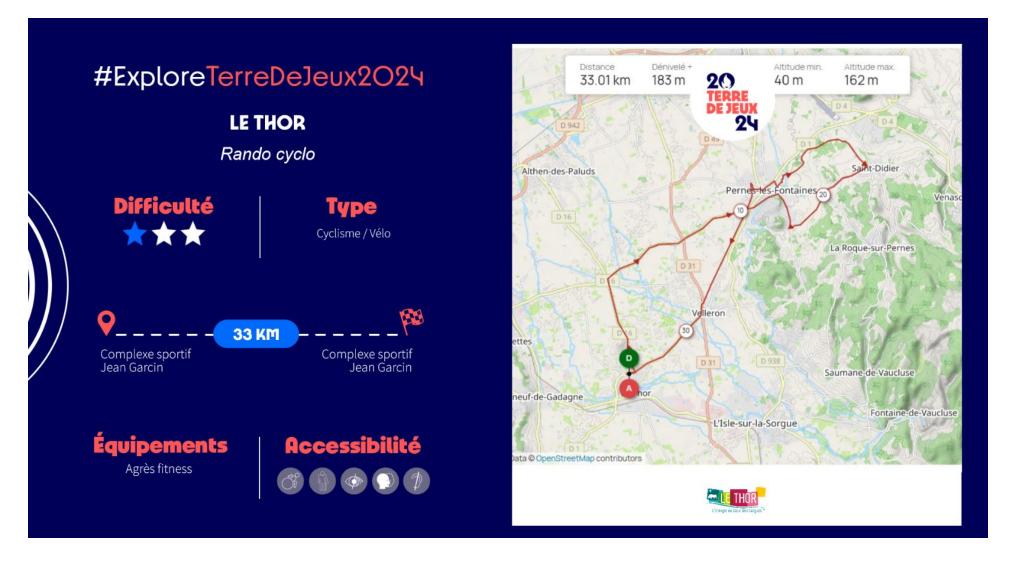
« LABÉLISATION TERRE DE JEUX - NOVEMBRE 2020»







« EXPLORE TERRE DE JEUX — 6 PARCOURS CONNECTÉS— »







«TERRE DE JEUX - JOURNÉE DU PERSONNEL AU BOULODROME»



Crádit nhoto · ville du Th







«TERRE DE JEUX - COURSE DES AGENTS - 340 km parcourus»



Crédit photo : ville du Thor







« CANDIDATURE AUX TROPHÉES TERRE DE JEUX PARIS 2024 — 5 catégories = 12 actions présentées»

Catégorie 1 = Santé et Bien-être

Catégorie 2 = Éducation et citoyenneté

Catégorie 3 = Inclusion, Solidarité et Égalité

Catégorie 4 = Environnement et climat

Catégorie 5 = Culture et célébration



Source : ville du Thor



Un comité de pilotage "Terre de jeux 2024" au top!

L'année 2023 s'annonce comme une année importante pour le comité de pilotage "Terre de jeux 2024". Toutes et tous se mettent en quatre pour que Le Thor soit considérée comme "la" ville du sport.

e comité de pilotage "Terre de Jeux 2024" du Thor a présenté le programme pour 2023, mercredi 15 février à 18 h 30. L'année 2022 était un tour de chauffe. Mais 2023 devient une année phare, avec plein de projets, et une ambition très positive pour que Le Thor soit vraiment "la" ville du sport.

ensemble" de la commuvier Michel ainsi que prend de l'ampleur. Marjorie Blaise, référen- On sait que derrière

assez avancé et que les serait un titre honorifijeunes ont déjà fait un que mais intense, pour carton plein (selon leur tous ceux qui s'engagent expression). Et ce, en dans cette action. trouvant des partenaires



Assis : Éliane Gomez, Agnès Delclos, Mattis, Léa, Valérie Piasecki et debout, Olivier Michel, Yves Baron de Noyer et Marjorie Blaise, qui représentent le comité de pilotage "Terre de jeux 2024". Photo Le DL/G.R.

importants avec les en-Le maire, Yves Bayon treprises pour le financede Noyer, était présent ment. Surtout, ils sont ainsi qu'Éliane Gomez vraiment impliqués pour adjointe à la vie de la mettre Le Thor à l'honjeunesse, Valérie Piase- neur. C'est d'ailleurs ce cki élue déléguée au que tout le monde sousport et à la promotion haite. Et la cohésion pardes pratiques, les repré- faite entre le conseil des sentants du pôle "Vivre jeunes, la commune et ses services, le comité de ne, Agnès Delclos et Oli- pilotage, les associations

te "Terre de jeux", et tout ce travail se cache deux représentants du aussi l'envie de décroconseil des jeunes, Léa et cher, après le label obtenu en 2020, le trophée Il est vrai que tout est "Terre de jeux". Ce qui

Geneviève RACHEX

2023, une année qui démarre très vite

2023 est une année qui démarre très vite pour "Le et les lauréats accompagneront les jeunes à Paris. Thor, ville du sport".

- Samedi 11 mars : participation à "La foulée du chasselas" pour le conseil des jeunes "Terre de jeux", quatre jeunes vont participer à la course et onze seront bénévoles.

- Du lundi 3 au samedi 8 avril : semaine olympique et paralympique (SOP).
- Samedi 1^{et} avril (projet du conseil des jeunes). une matinée des sports adaptés sur le marché, en partenariat avec l'Association des paralysés de France (APF) et le Comité départemental du sport adapté (CDSA).
- Jeudi 6 avril, journée paralympique avec 301 élèves prévus et vendredi 7 avril, récompenses roise (UST). des participants.
- Semaine du lundi 17 au vendredi 21 avril : comité technique journée olympique.
- Mercredi 3 mai, un "Contest skate", avec les On retrouvera tout ce petit monde en septembre. élèves du collège et du centre de loisirs Le Bourdis

Participation au trophée "Terre de jeux 2024".

- Vendredi 19 mai : première sortie terre de jeux à Montpellier pour le festival international des
- Mercredi 7 juin : le conseil des jeunes réalisera son quatrième projet avec la journée mondiale de l'environnement, en partenariat avec le service enfance/jeunesse et les projets "Savoir rouler à vélo", de la maternelle au collège et d'autres asso-
- ciations sur l'environnement. - Jeudi 22 mai : journée olympique.
- Samedi 24 mai : participation du conseil des jeunes pour les 100 ans de l'Union sportive tho-
- Juillet-août : deuxième sortie de Terre de jeux en juillet (date à venir) pour le mondial La Marseillaise à Pétanque







« SORTIES SPORTIVES CONSEIL DES JEUNES -- FISE DE MONTPELLEIER -- COUPE DU MONDE BMX SARRIANS »





Crédit photos : ville du Th





« SORTIES SPORTIVES CONSEIL DES JEUNES - URUGUAY - RUGBY / VILLEURBANNE - BASKET »











« JOURNÉES OLYMPIQUES»









« JOURNÉES PARALYMPIQUES»



Crédit photo : ville du Thor







« JOURNÉES PARALYMPIQUES ET SPORT ADAPTÉ»







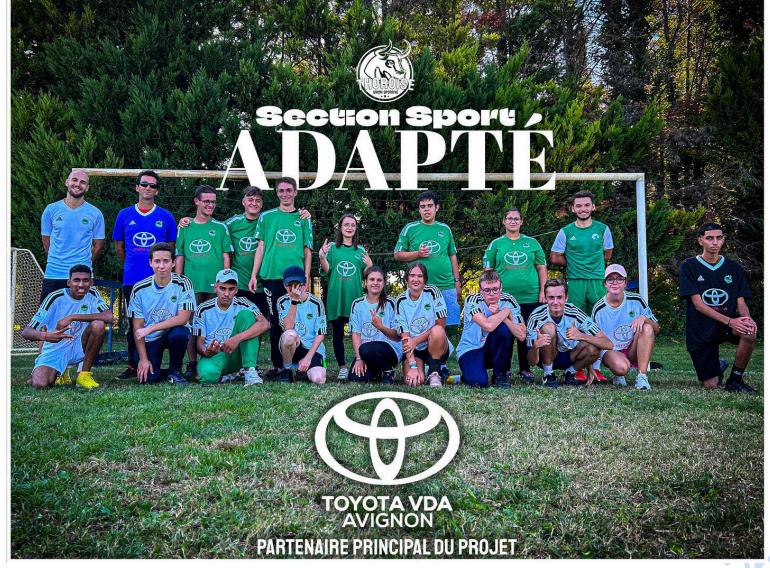


Crédit photos : ville du Thor





« SPORT ET INCLUSION - SECTION FOOT SPORT ADAPTÉ»



ځ.



«SPORT ET INCLUSION - HANDI DANSE»









« SPORT ET CULTURE - AFFICHES DES JEUX»









« GRANDE CAUSE NATIONALE - BOUGE 30 MINUTES»







« GRANDE CAUSE NATIONALE - BOUGE 30 MINUTES»



Crédit photo : ville du Thor













Déroulé









Introduction

Promouvoir et adapter l'activité physique en milieu urbain Design Actif: définition et méthodologie

ARS PACA et AURAV

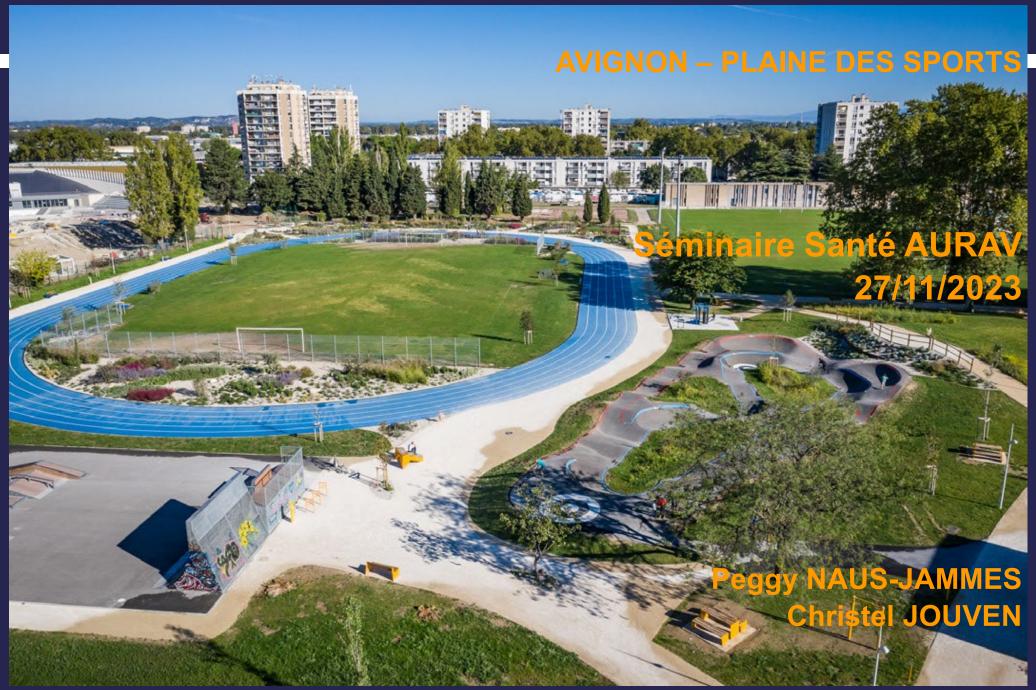
Dr Pierre SOUVET

Dominique PARET

Retours d'expériences sur des projets d'aménagements favorables à la santé Ville du Thor et Ville d'Avignon









AVIGNON, TERRE DE JEUX



« Avec Avignon, Terre de Jeux 2024, je souhaite mener plus loin encore notre volonté de faire briller le sport avignonnais dans notre ville, dans nos vies et au cœur de nos clubs. Ce label décerné à la Ville par le Comité Olympique est une belle reconnaissance de notre politique en faveur du développement des pratiques sportives accessibles à tous et de l'impulsion donnée au monde sportif avignonnais par les ambitieuses rénovations d'équipements portées depuis 2014 »

Cécile HELLE, Maire d'Avignon

Terre de Jeux depuis novembre 2019, grâce à la labellisation du Comité Olympique 2024, la Ville continue de rendre la pratique sportive accessible à tous. Cinq axes forts accompagnent la mise en œuvre de ce Label afin de faire d'Avignon la promotion des Jeux Olympiques et de ses valeurs. Dépassement de soi, émotion, outil d'éducation et d'inclusion... pour démocratiser le sport et sa pratique, Avignon devient le catalyseur de son rayonnement.

Grâce à la politique menée en matière de rénovations d'équipements sportifs, la Plaine des Sports a été choisie pour accueillir la Journée internationale Olympique et Paralympique à destination des écoles vauclusiennes le 23 juin prochain.





Cet écrin de nature, s'étend sur près de 7 hectares et propose 17 équipements sportifs. Il avait reçu le prix Régional en 2019 et National en 2020 des Victoires de l'investissement local. Il a été également labellisé « Ville active & sportive » (3 lauriers), « Développement Durable, le sport s'engage ». Un espace à vivre, ouvert sur son quartier et sur sa ville, avec à disposition de tous les publics des équipements modernes, pour certains uniques en France, comme la Happy Box permettant la pratique d'activités sportives et de loisirs, individuellement ou en équipe, en famille ou entre amis... Un espace où « se retrouver », au sens propre comme au figuré.







SAINT-CHAMAND: La renaissance d'un quartier, réhabilité et ouvert sur les dynamiques urbaines du NPNRU et du Quartier Méditerranéen Durable de Bel Air

Une restructuration urbaine ambitieuse aux enjeux multiples





TRANSFORMATION DE LA PLAINE DES SPORTS

- •• Transformation du parc sportif en parc public destiné à la pratique des sports loisirs, et aux sorties en famille
- ••5,5 millions d'euros d'investissement, 6,2 ha aménagés, 11 800 m2 désimperméabilisés, 135 arbres et 30 000 arbustes plantés, 12 équipements de sports et loisirs



















LES ÉQUIPEMENTS

AIRE DE FITNESS

Souhaitée par l'avignonnaise Faiza Belazghari et réalisée dans le cadre du tout premier budget participatif de la Ville, une aire de fitness vous permet de vous exercer en plein air, dans un cadre verdoyant.

PARCOURS DE SANTÉ

Long de 780 m, ce parcours de santé fléché met 4 agrès à disposition du tout public pour permettre à chacun de s'exercer tout en prenant un bon bol d'air.

PARCOURS BIODIVERSITÉ

Le site de la Plaine des Sports propose au cœur de la nature un parcours permettant aux visiteurs de s'informer sur la Biodiversité dans lequel plusieurs thèmes sont abordés (une thématique sur le milieu et la flore Méditerranéenne, une sur le milieu Humide de ripisylve, des tables de lecture sur les insectes auxiliaires, les pollinisateurs, les oiseaux du site, etc.). De nombreux hôtels à insectes et nichoirs pour la faune sauvage sont installés et décorés (avec de la peinture bio) en collaboration avec l'école Pierre de Coubertin.

AIRE DE JEUX DE BALLONS ET SON ANNEAU D'ATHLÉTISME

L'actuel stade de football est devenu une aire de jeux de ballon, ouverte à tous et paysagée. L'anneau d'athlétisme qui en dessine le pourtour reste praticable pour l'entraînement, le footing, les loisirs... et une résine de couleur bleue a été appliquée sur près de 2370 m².

SKATEPARK

Équipement très prisé, le skatepark de la Plaine des Sports ne change pas dans sa configuration, mais son environnement gagne en qualité et en équipements grâce aux aménagements paysagers, à l'implantation d'un point d'eau et d'une cabine de toilettes publiques, et à l'aménagement à proximité immédiate d'un nouveau terrain de pratique des sports de glisse, le pumptrack.

Engagement de campagne de Cécile Helle, le skatepark de la Plaine des Sports est le premier équipement dédié à cette pratique à avoir été mis en place à Avignon. Rejoint en décembre 2015 par celui de l'île Piot, ils ont tous deux immédiatement trouvé leur public.

PUMPTRACK

Équipement popularisé dans toute l'Europe ces dernières années, le pumptrack est une piste présentant une succession de bosses et de virages relevés. À proximité immédiate du skatepark et accessible à tous, quel que soit l'âge, on peut y pratiquer tout type de glisse : BMX, trottinette, rollers, skate, longboard, et même vélo pour enfants... Au sol de celui de la Plaine des Sport, des marquages colorés délimitent 2 parcours en fonction de leur niveau de difficulté (bleu pour les débutants et rouge pour les pratiquants occasionnels et avertis).





TERRAIN DE RUGBY

Débarrassé de ses longues clôtures d'enceinte, mais doté de tout nouveaux pare-ballons en acier galvanisé avec filet bleuté, le terrain de rugby ne change pas, il devient accessible à tous.

CITY STADE

Plus grand que les city stades déjà implantés à Avignon, cet équipement nouveau dispose de 2 terrains de "basket à 3", accolés à un terrain multisports. Sur cet espace principal doté de combinés, il est possible de pratiquer divers sports, tels que le basket, le futsal outdoor, le handball...

TERRAINS DE JEUX DE BOULES

À proximité de la brasserie, réaménagée et ouverte au public très prochainement, un espace dédié à la pétanque, à la boule lyonnaise est mis à disposition.

HAPPY BOX

Unique en France, la happy box est d'une aire de jeu intergénérationnelle et monumentale de plus de 8 m de hauteur ! Pouvant accueillir jusqu'à 60 utilisateurs en même temps, elle propose toboggans, trampolines, espaces de jeux (escalade, échelles, tunnels, parcours libres, filets tridimensionnels, etc.), l'ensemble sur du revêtement stabilisé, pour le plus grand plaisir des enfants...

PING PONG

Disposées à proximité de la placette principale, du city-stade et autour des autres jeux de raquettes, trois tables de ping-pong vous permettent de jouer à deux comme à quatre!

LA PLACETTE CENTRALE

À l'image de la place principale d'un village provençal, la placette centrale c'est un peu le cœur de la Plaine des Sports : un espace pensé pour se retrouver, échanger et profiter de ce qui nous entoure.

... ET SES JEUX D'EAU!

Proposée par l'avignonnais Yves Caron et réalisée dans le cadre du tout premier budget participatif de la Ville, une plateforme de jeux d'eau de 100 m² mêle le ludique à l'esthétique. De différentes formes et intensités, les installations permettent aux utilisateurs du site de se rafraîchir (de juin à fin septembre) et ce, de manière écologique, car l'eau utilisée est retraitée en circuit fermé.







TERRAIN DE VOLLEY

Sport de plage par excellence, le volley méritait qu'un terrain lui soit consacré à la Plaine des Sports. Ce terrain en gazon naturel sera installé à proximité du city-stade.

2 TERRAINS DE MINI-TENNIS

À deux pas du terrain de volley : deux terrains tout public dédiés à la pratique du mini-tennis. Conçu avec un filet tennis maille renforcée, poteaux acier et système de tension interne au poteau

TERRAIN DE BADMINTON

Conçu avec un filet anti vandalisme à âme acier 5 mm, fixé sur poteaux acier

Mur d'escalade

L'installation d'un P+R en périphérie du site, avec une façade arrière donnant sur la Plaine a permis d'installer un mur d'escalade pour la pratique loisir jusqu'à 3m, et encadrée jusqu'à 10m, accessible uniquement avec la mise en place de prises supplémentaires

TEQBALL

Implantation prochaine de tables de TEQBALL





REHABILITATION DU STADE NAUTIQUE

- 16 millions d'euros d'investissement
- Un équipement aquatique sportif et ludique dernière génération accessible à tous
- Des services complémentaires liés au sport, à la détente et la relaxation
- Une conception basée sur l'utilisation d'énergies renouvelables











Conclusion

