

VERS UN URBANISME FAVORABLE À LA SANTÉ

L'activité physique, un enjeu de santé publique

La lutte contre la sédentarité est un enjeu majeur de santé publique. L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (ANSES) estime que **95 % de la population française adulte est exposée à un risque de détérioration de sa santé par manque d'exercice physique**¹.

Une activité physique quotidienne offre pourtant de nombreux bénéfices. Sur le plan individuel, elle permet de prévenir des pathologies chroniques et de réduire les risques cardiovasculaires. Elle contribue également au traitement des maladies de longue durée et favorise la santé mentale. Sur le plan collectif, son renforcement est vecteur de liens sociaux et entraîne une réduction des coûts socio-économiques assumés par l'ensemble de la société. Il est ainsi estimé que chaque kilomètre parcouru à vélo équivaut à environ un euro de dépense de santé publique évité².

Des espaces publics vecteurs d'activité physique

Afin d'inciter à la pratique d'activités sportives, ludiques ou récréatives, les collectivités peuvent repenser l'aménagement de leur espace. Au-delà des seuls équipements sportifs, il s'agit de faire de l'ensemble du territoire un terrain propice à une activité physique quotidienne, la plus diverse et inclusive possible. Dans cette optique, l'AURH a identifié les polarités et axes qui permettent d'**esquisser une trame potentielle des espaces publics favorables au développement d'une activité physique du quotidien**.

Cette trame s'inscrit dans les principes de l'urbanisme favorable à la santé. Elle s'adresse à tous les habitants du territoire, qu'il s'agisse de sportifs accomplis ou de personnes éloignées de l'activité physique. Son objectif est de promouvoir la libre appropriation de l'espace public dans toute sa diversité, pour des pratiques encadrées comme pour des activités auto-organisées. Elle distingue différents types d'espaces publics, que ce soit des polarités et axes structurants de rayonnement métropolitain, ou des parcours davantage orientés vers des pratiques de proximité. Elle accorde une grande importance à la qualité d'usage de l'environnement extérieur, que ce soit par la présence d'aménités ou d'éléments naturels.

À l'occasion des Jeux olympiques de Paris, il nous a ainsi semblé opportun d'**inviter les habitants comme les visiteurs du Havre à découvrir différentes manières de concilier urbanité et santé**.

¹ « Manque d'activité physique et excès de sédentarité : une priorité de santé publique », ANSES (consulté le 31/05/2024).

² « Le vélo, un médicament efficace et économique », Le Monde (consulté le 31/05/2024).



Méthodologie

La trame active a été construite en croisant plusieurs jeux de données (parcs et jardins, équipements scolaires, universitaires, culturels et sportifs, commerces de proximité, voies piétonnes et cyclables, places et esplanades, points de vue, mobilier urbain...). Leur analyse a permis d'identifier les centralités génératrices d'activité physique et de flux ainsi que les corridors structurants connectant ces dernières. Elle a également permis de qualifier le niveau d'aménités des espaces publics. La trame a ensuite été corrigée et enrichie par les experts thématiques de l'AURH.



Juillet 2024 [aurh]

LA TRAME ACTIVE DU HAVRE



EXPLORATIONS

Édition et réalisation AURH

L'AURH est une association d'intérêt public. Elle accompagne les élus et les partenaires dans leurs projets d'aménagement du territoire.

Agence d'urbanisme
Le Havre -
Estuaire de la Seine

4 quai Guillaume Le Testu
76063 Le Havre cedex
aurh@aurh.fr

aurh.fr
[02 35 42 17 88]

[PA399 - 07.24]

