

La 11ème édition de *Debout l'info* vous propose d'approfondir le concept de design actif, de vous exposer un état des lieux de la littérature scientifique sur le sujet, et de vous partager des initiatives présentes sur notre territoire. En effet, le design actif colore de plus en plus notre environnement, nos aménagements urbains, nos espaces publics. Son objectif est de stimuler la pratique d'activités physiques et de diminuer les temps sédentaires, en motivant les populations à bouger, de manière libre et spontanée. Le design actif redessine nos cours d'école, nos parcs, nos réseaux piétonniers, nos réseaux cyclables... Le mouvement s'est notamment enclenché avec l'arrivée des Jeux Olympiques et Paralympiques 2024, et la collaboration qui s'est mise en place entre son comité d'organisation et l'Agence National de la Cohésion des Territoires. Des documents ressources ont été produits afin d'accompagner les acteurs investis à initier cette dynamique sur leur territoire.

L'Onaps apporte sa contribution en synthétisant les informations apportées par la littérature scientifique sur le sujet. Une prochaine étape pourrait être l'évaluation de l'impact de ces dispositifs sur les pratiques d'activités physiques des populations, dans leurs milieux.

Merci à nos contributeurs et bonne lecture à toutes et tous.

Lucile Bruchet - Directrice de l'Onaps

#### SOMMAIRE

- 1 - Place à la science
- 6 - Le point de vue de...
- 7 - L'action du trimestre

## PLACE À LA SCIENCE

### Onaps

# De la promotion de l'activité physique à l'aménagement des espaces publics : l'émergence du design actif.

## Introduction

En France, comme dans la plupart des pays développés, l'allongement de la durée de vie a laissé place à un phénomène de vieillissement de la population. Aujourd'hui, cette évolution positive de l'espérance de vie se fait inévitablement au prix de la progression du nombre de personnes atteintes de pathologies chroniques, qui devrait encore augmenter dans les prochaines années. Qu'il s'agisse du diabète, des maladies cardio-vasculaires ou encore des cancers, il a été démontré à de nombreuses reprises que l'inactivité physique et la sédentarité jouent un rôle prédominant dans l'apparition de ces maladies (Booth *et al.*, 2012). La promotion de l'activité physique et la lutte contre la sédentarité s'imposent alors comme des enjeux de santé publique.

Le design actif apparaît comme un moyen de répondre à cet enjeu, en visant à inverser la tendance inactive et sédentaire de la population. Cette approche récente tend à créer des bâtiments, des rues et des espaces urbains plus sains et à encourager chacun d'entre nous à monter des escaliers, marcher, faire du vélo ou pratiquer d'autres loisirs actifs quotidiennement, de manière plus spontanée. Cette dynamique s'inscrit tout particulièrement dans l'un des axes de la promotion de la santé: la création d'environnements favorables à la santé, via une action directe sur l'environnement physique des populations, largement identifié comme un déterminant de santé (Jourdan, 2021).

## Le design actif en quelques mots

Aussi appelé « conception active », notamment en Amérique du Nord et en Europe du Nord, le design actif s'est accéléré en France avec l'arrivée des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, la mise en place du label Terre de Jeux 2024 et le développement du programme national Action Cœur de Ville piloté par l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires (ANCT). Cette démarche vise à faire évoluer la pratique d'activités physiques, en rendant plus attractifs les espaces publics.

Le design actif est alors défini comme « **l'aménagement de l'espace public et des bâtiments afin d'inciter à l'activité physique ou sportive, de manière libre et spontanée, pour toutes et tous** » (Agence Nationale de la Cohésion des Territoires, 2021). L'approche utilise l'architecture et l'urbanisme sous différentes formes dans les rues, les espaces verts et les constructions, aussi bien en intérieur qu'à l'extérieur, pour donner envie de bouger davantage au quotidien.

Dans le détail, le design actif s'articule autour de trois grands axes : favoriser l'accessibilité des espaces verts, développer les aménités et intensifier la sensibilisation pour développer des modes de vie plus actifs (Sport England & Public Health England, 2015).

Ces derniers s'appuient sur dix principes, définis dans le but de faciliter l'implémentation du design actif dans tous les secteurs :

1. **L'activité physique pour toutes et tous** pour permettre aux personnes physiquement actives de s'épanouir, tout en encourageant les inactifs à le devenir.
2. **Un réseau piétonnier prédominant** afin de créer les conditions optimales d'un déplacement actif entre tous les emplacements.
3. **Des itinéraires pédestres et cyclables connectés** permettant de privilégier les déplacements actifs grâce à des itinéraires pédestres et cyclables sûrs et intégrés aux quartiers.
4. **L'implantation d'équipements collectifs** afin d'améliorer l'attractivité des villes.
5. **Des réseaux d'espaces publics multifonctionnels**, la création d'espaces à multiples usages offrant des opportunités d'activités physiques et favorisant le bien-être de la communauté.
6. **Des aménagements qualitatifs**, des rues et des espaces publics bien conçus, rassurant et offrant un sentiment de respect entre les communautés.
7. **L'aménagement d'un accès facile aux installations** pour permettre à toutes et tous de participer à des activités physiques et sportives à chaque moment de la journée.
8. **Des bâtiments actifs** afin d'offrir des possibilités d'activité à l'intérieur et autour des bâtiments, pour rendre plus attractif les lieux de travail et les quartiers d'affaires.
9. La mise en place d'un **niveau élevé de gestion, d'entretien, de suivi et d'évaluation** pour assurer la fonctionnalité souhaitée à long terme de tous les espaces et des aménagements.
10. **La sensibilisation et les mesures de promotion de l'activité physique** qui doivent correspondre aux besoins physiologiques des citoyens et répondre aux attentes des usagers (Sport England & Public Health England, 2015).

Le design actif se caractérise par des principes forts qui orientent les aménagements mis en place : — La libre utilisation — La mixité et l'inclusion — L'incitation — L'approche usager — La qualité urbaine.

Améliorer l'état de santé de la population générale est une ligne directrice majeure des politiques actuelles et l'approche du design actif s'avère être un moyen intéressant d'augmenter l'activité physique et de lutter contre les comportements sédentaires au quotidien. A ce titre, de nombreux leviers d'action ont été explorés.

Par exemple, deux dynamiques pertinentes sont mises en avant par le design actif : **1) une ville à hauteur d'enfant**, et **2) la ville du quart d'heure**. La première consiste à créer de nouveaux lieux d'expérimentation, d'exploration et d'apprentissage que les enfants peuvent parcourir de manière adaptée tandis que la seconde repose sur la mise à disposition de l'ensemble des fonctions et services essentiels dans un rayon de 15 minutes à pied ou à vélo (CNFPT, 2021; Garnier & Moreno, 2021).

Enfin, le design actif inclut un **large choix d'aménagements**, de formes très variées, allant du mobilier urbain ponctuel à une trame structurante pour le territoire. En voici quelques exemples :

- Les nudges : aussi appelés « coup de pouce », ils permettent de faciliter le passage de l'intention à l'action par une intervention sur l'environnement (Agence Nationale de la Cohésion des Territoires, 2021).
- L'amélioration de l'aménagement des escaliers et des espaces communs dans les bâtiments publics.
- La création d'équipements sportifs pour adultes à proximité des jeux pour enfants et d'espace favorisant le lien social.
- L'aménagement des parcours dans la ville ou sur les bords de rives avec différents niveaux d'intensité physique.
- L'amélioration des aménagements afin de favoriser les mobilités actives, comme les liaisons vertes ou l'aménagement des berges de cours d'eau qui permettent aussi de relier les espaces naturels aux zones urbanisées (Agence Nationale de la Cohésion des Territoires, 2021).

## Le design actif : ça marche ?

Quelques études et enquêtes ont montré les bienfaits apportés par les aménagements de design actif. Un environnement (bureau, école, logement, rue et parc) propice peut en effet permettre d'induire une augmentation de la pratique d'activités physiques, une diminution du temps passé à des activités sédentaires et ainsi promouvoir une amélioration de la santé des populations.

### Des bâtiments standards aux bâtiments issus du design actif

Dans le cadre de l'espace de travail, une étude visant à comparer l'activité physique entre le personnel de différents bâtiments a montré les effets bénéfiques chez le personnel évoluant dans des bâtiments de conception active. Contrairement aux salariés évoluant dans des infrastructures classiques, ces derniers ont présenté une augmentation du nombre de pas et d'activité physique modérée à vigoureuse (McGann *et al.*, 2014).

Une étude datant de 2016, sur l'influence du passage d'un bâtiment classique à un bâtiment de design actif mettait également en avant ce type de bénéfices : augmentation de 6% du temps passé debout et augmentation significative du nombre de pas quotidien (Jancey *et al.*, 2016). De la même manière, d'autres études ont relaté une réduction allant de 1,2 heures par jour (Engelen *et al.*, 2017) à 2,5 heures par semaine de temps passé assis (Engelen *et al.*, 2016) et une augmentation significative du temps passé debout par jour (19 minutes) (Gorman *et al.*, 2013) dans le cadre de bâtiments de design actif. Dans le cadre des logements personnels, le design actif tend également à affecter positivement le nombre de pas quotidien effectués par ses habitants (Tannis *et al.*, 2019).

En revanche le design actif n'a pas montré d'amélioration significative des niveaux d'activité physique de la population à l'échelle du quartier. Ce constat peut s'expliquer par la diversification et le développement parallèle de l'offre de transports en commun, diminuant la nécessité de modes de transports actifs pour accéder aux services (Limb *et al.*, 2020).

### Design actif et usage des escaliers

Le lien entre le recours au design actif et l'usage des escaliers a quant à lui été étudié à plusieurs reprises. Une étude datant de 2013 a notamment mis en avant les bénéfices des conceptions actives avec escaliers visibles, centraux et attrayants sur l'usage de ces derniers, au détriment de celui des ascenseurs (Bassett *et al.*, 2013). D'autres études ont également constaté une augmentation de l'utilisation des escaliers lorsque les cages d'escaliers étaient accessibles et bien éclairées (Ruff *et al.*, 2014), ainsi qu'une utilisation 33 fois plus importante d'escaliers ouverts comparé aux escaliers fermés avec une porte coupe-feu (Nicoll & Zimring, 2009). Dans le même sens, la mise en place d'une approche informationnelle avec des messages au point de décision (nudges) est une bonne stratégie pour encourager à l'activité physique. Une étude a en effet démontré qu'elle permet une augmentation de l'utilisation des escaliers de 53,4% (Kahn *et al.*, 2002). Si les escaliers sont un bon moyen d'augmenter les déplacements quotidiens de la population générale, leur architecture et leur placement dans les bâtiments ont donc une influence incontestable sur les comportements de la population.

### Voies routières, cyclables et piétonnes, mobilier urbain et commodités

#### Réseau cyclable

Plusieurs études ont mis en avant l'influence de la mise en place d'infrastructures de design actif sur le recourt aux déplacements actifs. On y note notamment une augmentation de la pratique du vélo (6 à 7% sur une décennie) et une diminution des déplacements en voiture (Goodman *et al.*, 2013). De plus, une étude sur l'efficacité des changements d'infrastructures de transports (pistes cyclables, passerelles sans trafic) sur les comportements vis-à-vis des déplacements a montré une augmentation des temps de déplacements hebdomadaires actifs, particulièrement à vélo (Panter *et al.*, 2016). Enfin, la mise en place d'un réseau continu d'aménagements cyclables permet également une augmentation de l'utilisation du vélo comme mode de déplacement et un taux d'obésité plus faible (Pucher & Buehler, 2008).

#### Réseau piétonnier

Une étude sur le placement des places publiques le long des rues piétonnes passantes ainsi que sur la création de zones tampons pour séparer les piétons des véhicules a montré que les réseaux piétonniers qui alternent les espaces de rues et de petites places peuvent donner une impression de distance de marche plus courte. De plus, les zones tampons avec mobiliers urbains sont associées à une augmentation de l'usage de la marche (Ewing, 1999). De la même manière, la mise en place de bancs, de fontaines, de toilettes et d'autres infrastructures aident également la population à marcher davantage, en favorisant la fréquence et la durée de marche (Lockett *et al.*, 2005). Enfin, la conception et la disposition des rues semblent pouvoir influencer les pratiques actives (Baran *et al.*, 2008).

#### Aménagement des commodités et mobilier urbain

En ce qui concerne les commodités, une étude portant sur la relation entre les destinations de proximité et l'activité physique a montré une relation entre le nombre de services / infrastructures (écoles, épiceries, kiosques à journaux ...) et l'usage de la marche : plus ce nombre est important, plus importante est la pratique de la marche (McCormack *et al.*, 2008). Des résultats similaires ont été mis en avant par une étude montrant que l'implantation d'une épicerie à distance de marche dans les quartiers résidentiels encourage la population à utiliser davantage la marche et le vélo (Wrigley *et al.*, 2003). Une étude de 2009 a également montré que les personnes ayant accès à des parcs à proximité sont plus susceptibles d'atteindre les niveaux d'activité physique recommandés (Sallis & Glanz, 2009). De même, la mise en place de mobilier urbain tels que des terrains de basketball ou de tennis dans les parcs ouverts encourage la population à être plus active (Shores & West, 2008).

#### Routes et stationnements

La proximité des véhicules motorisés et leur vitesse est un des principaux freins aux déplacements actifs dans les villes, nécessitant un réaménagement des routes. En effet, une modification de la largeur et un nombre de voies minimal permet de diminuer la vitesse de circulation (Huang *et al.*, 2002). De plus, une étude de l'impact du stationnement sur l'utilisation des modes de déplacements actifs a montré que l'augmentation de l'offre de stationnement peut entraîner une diminution de l'utilisation des transports actifs et des transports en commun (Lund *et al.*, 2006).

#### Le lieu de travail

Certaines données suggèrent que les services tels que les stations d'impression ou les locaux poubelles n'incitent pas les salariés à marcher et ont davantage tendance à limiter leurs déplacements à une fois par jour voire une fois sur plusieurs jours en économisant les tâches (Hadgraft *et al.*, 2016). Une étude de 2011 met également en avant que les travailleurs marchent davantage lorsque les commodités telles que les toilettes sont situées à d'autres étages (Gilson *et al.*, 2011). Il en est de même quand il s'agit de se rendre dans la cuisine de l'entreprise, les zones de préparation de thé ou de café et de retrouver ses collègues (McGann *et al.*, 2014).

Au contraire, les salariés mettent en avant plusieurs obstacles à l'activité physique tels que : la signalisation agressive sur les portes d'escaliers coupe-feu fermées, des problèmes de sécurité ou encore le manque de voies de circulations internes accessibles et faciles à parcourir (McGann *et al.*, 2014).

La mise en place de voies fléchées, destinées aux piétons et aux cyclistes dans les quartiers d'affaires peut alors encourager les employés à faire de l'exercice physique au quotidien (Madden & Wiley-Schwartz, 2005). Dans le même sens, la mise en place d'équipements de sport sur les lieux de travail ainsi que des séances encadrées de fitness et d'autres supports entraînent une augmentation de l'activité physique (Emmons *et al.*, 1999).

## Le milieu scolaire

Concernant le milieu scolaire, une étude montre que les enfants des écoles dont les aires de jeux ont été réaménagées avec des zones d'activités codées par des marquages au sol colorés ont une pratique d'activités physiques plus importante comparée aux enfants utilisant des cours d'écoles non modifiées (Ridgers *et al.*, 2007). De plus, un environnement permettant un panel d'activités physiques plus riche dans les écoles, tels que des paniers de basketball, permet d'augmenter le nombre d'élèves actifs après le déjeuner et après l'école (Sallis & Glanz, 2009). Une étude pilote sur les interventions environnementales a également montré que la mise en place d'espaces sécurisés dans les villes telle que l'ouverture des cours d'école en dehors des périodes scolaires augmente l'activité physique (Farley *et al.*, 2007).

## Conclusion

Promouvoir l'activité physique, lutter contre la sédentarité et accompagner la population en ce sens est un enjeu de santé publique. Si la littérature scientifique reste pauvre quant au lien entre design actif, activité physique et sédentarité, quelques études attestent tout de même de l'impact positif du design actif sur les comportements individuels quant à l'activité physique. De nouvelles recherches permettraient d'évaluer l'efficacité des dispositifs et initiatives déjà déployées sur le territoire et de favoriser l'implémentation du design actif en France.

L'Héritage des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 se présente comme une opportunité de mettre en place des actions au service du design actif, approche pertinente et stratégique pour promouvoir l'activité physique et lutter contre la sédentarité. Plusieurs documents de cadrage s'inscrivant dans cette perspective ont été développés afin de soutenir cette démarche (Agence Nationale de la Cohésion des Territoires, 2021; Blomberg *et al.*, 2010).



Exemples de design actif colorisé Terre de Jeux 2024 © Libre de droit



## Bibliographie

- Agence Nationale de la Cohésion des Territoires. (2021).** Guide du design actif. <https://agence-cohesion-territoires.gouv.fr/guide-design-actif-749>
- Baran, P. K., Rodríguez, D. A., & Khattak, A. J. (2008).** Space Syntax and Walking in a New Urbanist and Suburban Neighbourhoods. *Journal of Urban Design*, 13(1), 5 28. <https://doi.org/10.1080/13574800701803498>
- Bassett, D. R., Browning, R., Conger, S. A., Wolff, D. L., & Flynn, J. I. (2013).** Architectural Design and Physical Activity : An Observational Study of Staircase and Elevator Use in Different Buildings. *Journal of Physical Activity and Health*, 10(4), 556 562. <https://doi.org/10.1123/jpah.10.4.556>
- Blomberg, M., Burney, D., Farley, T., Sadik-Khan, J., & Burden, A. (2010).** Active Design Guidelines : Promoting physical activity and health in design (p. 144). <https://www.nyc.gov/assets/planning/download/pdf/plans-studies/active-design-guidelines/adguidelines.pdf>
- Booth, F. W., Roberts, C. K., & Laye, M. J. (2012).** Lack of Exercise Is a Major Cause of Chronic Diseases. In R. Terjung (Éd.), *Comprehensive Physiology* (1re éd., p. 1143 1211). Wiley. <https://doi.org/10.1002/cphy.c110025>
- Emmons, K. M., Linnan, L. A., Shadel, W. G., Marcus, B., & Abrams, D. B. (1999).** The Working Healthy Project : A Worksite Health-Promotion Trial Targeting Physical Activity, Diet, and Smoking: *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 41(7), 545 555. <https://doi.org/10.1097/00043764-199907000-00003>
- Engelen, L., Chau, J., Bohn-Goldbaum, E., Young, S., Hespe, D., & Bauman, A. (2017).** Is Active Design changing the workplace? – A natural pre-post experiment looking at health behaviour and workplace perceptions. *Work*, 56(2), 229 237. <https://doi.org/10.3233/WOR-172483>
- Engelen, L., Dhillon, H. M., Chau, J. Y., Hespe, D., & Bauman, A. E. (2016).** Do active design buildings change health behaviour and workplace perceptions? *Occupational Medicine*, 66(5), 408 411. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqv213>
- Ewing, R. (1999).** Pedestrian- and Transit-Friendly Design [Reports and Assessments]. Urban Land Institute / American Planning Association. <https://19january2017snapshot.epa.gov/smartgrowth/pedestrian-and-transit-friendly-design>
- Farley, T. A., Meriwether, R. A., Baker, E. T., Watkins, L. T., Johnson, C. C., & Webber, L. S. (2007).** Safe Play Spaces To Promote Physical Activity in Inner-City Children : Results from a Pilot Study of an Environmental Intervention. *American Journal of Public Health*, 97(9), 1625 1631. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2006.092692>
- Gilson, N. D., Burton, N. W., van Uffelen, J. G. Z., & Brown, W. J. (2011).** Occupational sitting time : Employees' perceptions of health risks and intervention strategies. *Health Promotion Journal of Australia*, 22(1), 38 43. <https://doi.org/10.1071/HE11038>
- Goodman, A., Panter, J., Sharp, S. J., & Ogilvie, D. (2013).** Effectiveness and equity impacts of town-wide cycling initiatives in England : A longitudinal, controlled natural experimental study. *Social Science & Medicine*, 97, 228 237. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2013.08.030>
- Gorman, E., Ashe, M. C., Dunstan, D. W., Hanson, H. M., Madden, K., Winkler, E. A. H., McKay, H. A., & Healy, G. N. (2013).** Does an 'Activity-Permissive' Workplace Change Office Workers' Sitting and Activity Time? *PLoS ONE*, 8(10), e76723. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0076723>
- Hadgraft, N. T., Healy, G. N., Owen, N., Winkler, E. A. H., Lynch, B. M., Sethi, P., Eakin, E. G., Moodie, M., LaMontagne, A. D., Wiesner, G., Willenberg, L., & Dunstan, D. W. (2016).** Office workers' objectively assessed total and prolonged sitting time : Individual-level correlates and worksite variations. *Preventive Medicine Reports*, 4, 184 191. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.06.011>
- Huang, H. F., Stewart, J. R., & Zegeer, C. V. (2002).** Evaluation of Lane Reduction "Road Diet" Measures on Crashes and Injuries. *Transportation Research Record: Journal of the Transportation Research Board*, 1784(1), 80 90. <https://doi.org/10.3141/1784-11>
- Jancey, J. M., McGann, S., Creagh, R., Blackford, K. D., Howat, P., & Tye, M. (2016).** Workplace building design and office-based workers' activity : A study of a natural experiment. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 40(1), 78 82. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.12464>
- Jourdan, D. (2021).** Les mots pour comprendre la prévention (Éditions Sciences Humaines, Vol. 1).
- Kahn, E., Ramsey, L., Brownson, R., Heath, G., Howze, E., Powell, K., Stone, E., Rajab, M., & Corso, P. (2002).** The effectiveness of interventions to increase physical activity: A systematic review 1 and 2. *American Journal of Preventive Medicine*, 22(4), 73 107. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(02\)00434-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(02)00434-8)
- Limb, E. S., Procter, D. S., Cooper, A. R., Page, A. S., Nightingale, C. M., Ram, B., Shankar, A., Clary, C., Lewis, D., Cummins, S., Ellaway, A., Giles-Corti, B., Whincup, P. H., Rudnicka, A. R., Cook, D. G., & Owen, C. G. (2020).** The effect of moving to East Village, the former London 2012 Olympic and Paralympic Games Athletes' Village, on mode of travel (ENABLE London study, a natural experiment). *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s12966-020-0916-0>
- Lockett, D., Willis, A., & Edwards, N. (2005).** Through seniors' eyes : An exploratory qualitative study to identify environmental barriers to and facilitators of walking. *The Canadian Journal of Nursing Research = Revue Canadienne De Recherche En Sciences Infirmieres*, 37(3), 48 65.
- Lund, H., Willson, R. W., & Cervero, R. (2006).** A Re-Evaluation of Travel Behavior in California Tods. *Journal of Architectural and Planning Research*, 23(3), 247 263.
- Madden, K., & Wiley-Schwartz, A. (2005).** How to turn a place around : A handbook for successful public spaces. Project for Public Spaces, Inc.
- McCormack, G. R., Giles-Corti, B., & Bulsara, M. (2008).** The relationship between destination proximity, destination mix and physical activity behaviors. *Preventive Medicine*, 46(1), 33 40. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.01.013>
- McGann, S., Creagh, R., Tye, M., Jancey, J., & Blackford, K. (2014).** Stationary in the office : Emerging themes for active buildings. *Architectural Science Review*, 57(4), 260 270. <https://doi.org/10.1080/00038628.2014.958127>
- Nicoll, G., & Zimring, C. (2009).** Effect of Innovative Building Design on Physical Activity. *Journal of Public Health Policy*, 30(S1), S111 S123. <https://doi.org/10.1057/jphp.2008.55>
- Panter, J., Heinen, E., Mackett, R., & Ogilvie, D. (2016).** Impact of New Transport Infrastructure on Walking, Cycling, and Physical Activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 50(2), e45 e53. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2015.09.021>
- Pucher, J., & Buehler, R. (2008).** Making Cycling Irresistible : Lessons from The Netherlands, Denmark and Germany. *Transport Reviews*, 28(4), 495 528. <https://doi.org/10.1080/01441640701806612>
- Ridgers, N. D., Stratton, G., Fairclough, S. J., & Twisk, J. W. R. (2007).** Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels. *Preventive Medicine*, 44(5), 393 397. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.01.009>
- Ruff, R. R., Rosenblum, R., Fischer, S., Meghani, H., Adamic, J., & Lee, K. K. (2014).** Associations between building design, point-of-decision stair prompts, and stair use in urban worksites. *Preventive Medicine*, 60, 60 64. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2013.12.006>
- Sallis, J. F., & Glanz, K. (2009).** Physical Activity and Food Environments : Solutions to the Obesity Epidemic. *Milbank Quarterly*, 87(1), 123 154. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0009.2009.00550.x>
- Shores, K. A., & West, S. T. (2008).** The Relationship Between Built Park Environments and Physical Activity in Four Park Locations. *Journal of Public Health Management and Practice*, 14(3), e9 e16. <https://doi.org/10.1097/01.PHH.0000316495.01153.b0>
- Sport England, & Public Health England. (2015).** Active Design : Planning for health and wellbeing through sport and physical activity.
- Tannis, C., Senerat, A., Garg, M., Peters, D., Rajupet, S., & Garland, E. (2019).** Improving Physical Activity among Residents of Affordable Housing : Is Active Design Enough? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(1), 151. <https://doi.org/10.3390/ijerph16010151>
- Wrigley, N., Warm, D., & Margetts, B. (2003).** Deprivation, Diet, and Food-Retail Access : Findings from the Leeds 'Food Deserts' Study. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 35(1), 151 188. <https://doi.org/10.1068/a35150>

## LE POINT DE VUE DE ... Valentin Randin

**Valentin Randin**, *consultant sénior*  
*APc Affaires Publiques Consultants*



Paris 2024 porte l'ambition de mettre plus de sport dans la vie des Français de manière durable en créant des occasions de bouger à l'école, au travail et dans la ville. Pour construire une génération 2024 plus active, Paris 2024 a décidé de soutenir l'engagement des communes en faveur d'un mode de vie plus actif pour tous en promouvant le concept de design actif.

Derrière ce concept se cache une nouvelle manière de penser l'aménagement urbain et les usages de l'espace public pour faire bouger les concitoyens, en suscitant l'activité physique et sportive dans la ville, de manière libre et spontanée, pour tous.

A la fois innovant et peu coûteux, le design actif recèle de possibilités permettant de répondre à de nombreux enjeux actuels de politiques publiques : la lutte contre la sédentarité bien sûr, mais aussi l'inclusion, en concevant des espaces de mixité et adaptés pour le plus grand nombre, ou encore l'attractivité de nos territoires.

### **Le Guide du Design Actif : une solution clé en main pour les collectivités**

Les stratégies Engagement, Impact et Héritage du Comité d'organisation des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 et l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires (ANCT) ont décidé de s'engager ensemble, dans le cadre du programme Action Cœur de Ville, pour développer le design actif dans les collectivités territoriales.

Cette collaboration se concrétise par la création du Guide du design à destination des collectivités territoriales – accessible ici – élaboré et diffusé en décembre 2021. Ce guide a pour objectif d'initier au concept de design actif tout en donnant des clés de cadrage dans le développement de dispositifs et de projets de cette nature.

Conçu avec 14 experts – cardiologue, designers, géographes, représentants du mouvement sportif, spécialiste de l'accessibilité, urbanistes – réunis spécialement pour l'occasion, il offre aux collectivités territoriales des solutions clé en main pour faire du bâti urbain un outil de santé publique en répondant à un triple enjeu : se réapproprié l'espace public, lutter contre la sédentarité et renforcer l'attractivité des centres-villes.

### **Le Collectif des territoires-pilotes du design actif : un laboratoire pour transformer l'espace public par le sport**

Dans la continuité de la publication de leur guide, l'ANCT et Paris 2024, à travers son label Terre de Jeux 2024, ont lancé le Collectif des territoires-pilotes du design actif en mars 2022 pour faire la preuve de l'efficacité du concept.

Ces collectivités servent aujourd'hui de laboratoires pour transformer l'espace public par le sport et inciter la population à pratiquer davantage d'activité physique et sportive, mais aussi offrir un levier supplémentaire pour répondre aux enjeux d'attractivité des centres-villes et de valorisation du patrimoine.

Paris 2024 et l'ANCT accompagnent aujourd'hui financièrement et humainement ces six communes – Bourges (Cher), Châtellerauld (Vienne), Limoges (Haute-Vienne), Plaine Commune (Seine-Saint-Denis), Saint-Dizier (Haute-Marne) et Saint-Omer (Pas-de-Calais) – dans la réalisation d'étude préalable de recommandations et dans la mise en place d'aménagements urbains.

L'action de ce collectif, qui répond à l'ambition de Paris 2024 de construire sans attendre un héritage durable et fort des Jeux Olympiques et Paralympiques, a vocation à servir de démonstrateur et d'accélérateur pour essaimer le design actif sur tout le territoire national.

Dans cette logique, la ville de Saint-Dizier (Haute-Marne) s'est notamment déjà illustrée en réalisant des premiers aménagements reprenant les codes du design actif. L'inauguration de ce projet urbain a eu lieu le 29 septembre 2022 et a permis de découvrir les nouveaux espaces dédiés au sein du plus grand pumptrack (circuit tout terrain fermé, caractérisé par des bosses et des virages) d'Europe mais également aux abords de l'une des écoles de la ville. Cette dernière, engagée pour construire et bénéficier de l'héritage des Jeux de Paris 2024, entend aller plus loin et développer d'autres aménagements, complémentaires aux premiers déjà mis en œuvre.

### **Le dispositif « Faire le pas » : un kit d'accompagnement à la mise en place de design actif pour les mairies**

Paris 2024 a souhaité s'engager au service de l'activité physique dans les bâtiments publics et sièges des collectivités labellisées avec la création de son kit « Faire le pas ».

En proposant aux collectivités de déployer du design actif au sein de leurs bâtiments publics (sièges de collectivités, MJC, offices du tourisme...), Paris 2024 poursuit l'objectif d'inciter à faire bouger plus les agents des collectivités afin que celles-ci deviennent à la fois le fer de lance de la démarche et des vitrines du design actif dans les territoires.

**Pauline Picard**, *chargée de relations médias*

**François-Xavier Doat**, *directeur des Relations publiques et de la Communication*

**Paris 2024 et le programme Action Cœur de Ville** (pilote par l'Agence nationale de la cohésion des territoires (ANCT)) se sont associés pour mener un projet de développement du design actif dans les collectivités labellisées "Terre de Jeux 2024" afin de favoriser l'activité physique pour tous, dans tous les territoires. Le dispositif entend également renforcer l'attractivité touristique, patrimoniale, économique et résidentielle des cœurs urbains dans les villes moyennes : l'activité physique dans l'espace public anime les centres urbains et contribue à leur dynamisme. Ce partenariat, noué en janvier 2021, a franchi une nouvelle étape en mars 2022 en officialisant la création d'un collectif de territoires-pilotes.

Dans ce cadre, la ville de Saint-Dizier est l'un des six « territoires-pilotes » à se saisir de cette démarche.

Pour concevoir et mettre en place ses premiers modules de design actif, ces territoires bénéficient de l'accompagnement de Cité Services, filiale de la Cité du Design de Saint-Etienne, dans le cadre de son partenariat avec l'ANCT. Ils pourront aussi s'appuyer sur le Guide du design actif, un outil clé en main à leur disposition qui est à la fois un catalogue d'inspiration et une feuille de route opérationnelle.

Ils seront les prescripteurs de la mise en place d'un grand club des villes du design actif qui bénéficiera du concours des experts du comité d'orientation ayant œuvré à la rédaction du guide pratique mais aussi d'un club des entreprises désireuses d'apporter innovations et solutions, associé à ces travaux. Cette démarche a vocation à essaimer dans les villes Action Cœur de Villes et les territoires labellisés "Terre de Jeux 2024".

**Le mouvement sportif de Saint-Dizier** est très dynamique, encouragé par des équipements sportifs qui sont une force d'attraction pour les 150 000 habitants du bassin de vie, et même parfois à l'échelle de la région Grand-Est. La ville dispose de nombreuses associations sportives et compte 9 000 licenciés pour 23 000 habitants. Ces associations mettent de nombreuses actions en place pour faire vivre le territoire tout au long de l'année. A Saint Dizier, on compte :

- Un taux de licences sportives de 24% contre 23,5% en France métropolitaine et 22,1% dans la région Grand-Est (source Injep, 2020);
- Un budget de 4,7 M€ alloué au Sport (12% du budget de la ville), soit 178 € par habitant;
- 64 associations et clubs sportifs, 67 fédérations représentées;
- Un nouveau complexe sportif avec halle d'athlétisme et un stade synthétique;
- La création du plus grand pumptrack de la Région Grand-Est en 2021;
- Un projet de "zénith sportif" avec une halle sportive pour les associations (escrime, tir, escalade, gymnastique), une salle de spectacle sportif, un espace de sport en libre accès (basket 3x3, padel, teqball...).

**Depuis 2019, Saint-Dizier est récompensée par les trois lauriers du label Ville active & sportive** qui viennent reconnaître cet engagement pour le sport et son soutien aux clubs, la qualité de ses équipements, une politique sportive innovante et une offre d'activités physiques et sportives diversifiée.

Cette politique sportive affirmée et innovante à Saint-Dizier est née d'une ambition du Maire de proposer aux habitants de sa ville moyenne tous les atouts d'une grande ville et de faire exister Saint-Dizier sur la carte du Grand-Est entre les métropoles de Nancy et Reims. Un accent fort est donc mis sur le développement de projets innovants, qu'ils soient culturels ou sportifs, mais aussi sur le soutien aux associations qui sont les premiers piliers pour l'animation de la ville à travers les manifestations organisées par leurs soins tout au long de l'année. Le partenariat avec Paris 2024 et l'ANCT est né pour implanter les premières expérimentations de design actif dans la ville : une réelle opportunité pour Saint-Dizier d'offrir à ses habitants la possibilité de pratiquer une activité physique librement.

**L'installation du design actif à Saint-Dizier a été construite par l'ANCT, Paris 2024 et AREP**, agence d'architecture pluridisciplinaire qui a accompagné la Ville sur la définition et la méthodologie de mise en œuvre de ce projet. Les entreprises locales comme GHM et des entreprises d'insertion ont été consultées sur la question de l'urbanisme transitoire, et le seront de nouveau lors des nouvelles phases de déploiement du design actif.

Les installations de design actif dévoilées à Saint-Dizier en septembre 2022 correspondent à une première phase d'implantation, celle de l'expérimentation. Pour cette première phase d'implantation d'éléments de design actif, la ville a choisi trois sites. Premièrement, la ville a tenu à ce que les premières installations intègrent une dimension « dedans-dehors », reliant l'espace public à l'entrée de l'école Jean Macé. L'objectif est de faire entrer le sport dans l'école et d'inviter les élèves à poursuivre en dehors des murs de l'enceinte scolaire. Une réponse concrète à la mise en œuvre des 30 minutes d'activité physique quotidiennes à l'école primaire.

En complément de ces premières installations, la ville a également développé un pumptrack et aménagé le jardin du Deauville.



## École Jean Macé

**Une via ferrata** le long du mur de l'école, avec prises d'escalade.

**Des marquages** au sol invitant à se diriger vers l'école en sautant, courant... **et une marelle** sur le parvis de l'école qui se termine à l'intérieur.



École Jean Macé ©Éric Girardot

## Le plus grand pumptrack de la région Grand-Est



Pumptrack de la région Grand-Est ©Éric Girardot

**Un chronomètre solaire**, positionné au départ du pumptrack pour essayer de battre son record et se challenger entre amis.

**Des messages** sous forme de médailles peints au sol.

## Le jardin du Deauville

**Une piste de course** avec un radar de vitesse, qui indiquera à quelle allure la distance a été parcourue.

Au bout de l'effort, un podium pour célébrer sa victoire.

**Un pédalier connecté**, qui transforme n'importe quel banc en un équipement ludique et sportif.

**Des messages d'encouragement** sur les marches d'escalier.



Jardin du Deauville ©Éric Colin



Forte de cette première étape d'expérimentation du design actif, la Ville de Saint-Dizier souhaite développer cette nouvelle manière de « produire » de l'espace public en s'attaquant à toutes les écoles de la ville. D'ici 2026, les 18 cours d'écoles ainsi que les espaces publics amenant à l'école seront requalifiés par la renaturation et l'activation des espaces. Ce projet ambitieux entend lutter contre les îlots de chaleurs, mais aussi accompagner la lutte contre la sédentarité en touchant au plus près les élèves.

De la même manière, les grands projets d'équipements et la transformation du centre-ville bénéficieront de ces expérimentations : les projets de constructions d'une médiathèque, d'une école et d'une halle sportive, qui seront lancés dans les prochains mois, devront bénéficier des aménagements urbains intégrant le design actif.

Le projet de halle sportive sera un condensé d'innovation sportive et entend inventer un modèle qui associera modules de sport en club et espaces de sport en accès libre en traitant l'intérieur et l'extérieur.

Cette halle, en bordure de centre-ville, doit pouvoir devenir un véritable lieu de vie et de rencontre pour tous les publics : licenciés, familles, adeptes du sport en libre accès.

Ces multiples projets devront avoir une cohérence en ville et le sport ne doit pas être concentré sur tel ou tel équipement. Dans cette logique de parcours dans l'espace public qui présidait à la volonté de faire du design actif en ville, la collectivité a souhaité travailler une cohérence d'ensemble. Dans le cadre de son opération de renouvellement urbain du centre-ville « Révéler Saint-Dizier », la ville s'est équipée d'un groupement pluridisciplinaire piloté par l'agence d'architecture D&A, dans lequel le co-traitant Orchestra Design sera missionné pour travailler à ces parcours et à la cohérence des lieux entre eux. L'objectif est d'amener le promeneur ou le sportif sur des circuits lui permettant de découvrir le patrimoine ou de relier les équipements entre eux.

Depuis l'installation en bords de Marne d'équipements sportifs et d'éléments de design actif (Pumptrack et parc du Deauville), 45 000 personnes par mois viennent s'y promener. Une superbe réussite pour la ville de Saint-Dizier, qui va continuer l'aménagement de cette zone en 2023 suite aux retours des usagers (plus de bancs, des toilettes publiques...). La collectivité est d'ailleurs en discussion permanente avec l'ANCT et Paris 2024 afin de trouver les leviers de financement de ce nouveau type d'aménagement, véritable vecteur de transformation de l'espace urbain pour le remettre à hauteur d'enfant.

La carte ci-dessous propose un exemple de circuit entre les différents équipements de la ville, en cours de réflexion (le jardin du Deauville n'y est pas indiqué mais jouxte le pumptrack).



**Quentin Brière, Maire de Saint-Dizier**

« Paris 2024 est une opportunité unique pour mettre en mouvement tous les Français, dans tous les territoires. C'est une ambition partagée avec le programme Action Cœur de Ville piloté par l'Agence nationale de la cohésion des territoires. Les premières installations de design actif visibles à Saint-Dizier viennent concrétiser cet élan et annoncent les prochaines réalisations qui vont essaimer dans les territoires labellisés « Terre de Jeux 2024 ». Lutter contre la sédentarité et renforcer l'attractivité de nos cœurs de ville sera un héritage fort de l'accueil des Jeux. »

**Tony Estanguet, Président de Paris 2024**

« Qui pouvait s'attendre à ce que Saint-Dizier constitue une étape dans la construction de l'héritage des Jeux de Paris 2024 ? En voulant impliquer tous les territoires dans l'aventure des JOP, à travers des dispositifs innovants et durables comme le design actif, Paris 2024 et le programme Action Cœur de Ville envoient un message très fort à l'ensemble des Français : les Jeux ne sont pas réservés à quelques-uns, car tout un pays doit participer à cette belle et grande fête populaire dont l'héritage va se perpétuer dans le temps. »

**Rollon Mouchel-Blaisot, Préfet,  
Directeur du programme national Action Cœur de Ville**

« Saint-Dizier donne l'exemple et ouvre la voie. Aux côtés des autres territoires-pilotes du design actif, la ville expérimente les multiples applications du design actif. Notre objectif pour 2024, c'est 100 villes « moyennes » qui intègrent des installations de design actif. »

Soutenu  
par



**MINISTÈRE  
DES SPORTS  
ET DES JEUX OLYMPIQUES  
ET PARALYMPIQUES**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*