

## **La promotion de l'activité physique par le biais de l'aménagement urbain, quels sont les obstacles et les facteurs favorisants : l'exemple du quartier des Plaines-du-Loup**

Oriane Aubord, Marine Berthaud, Amelie Kruse, Gilles Mindren, Mathilde Perruchoud

### *Introduction*

L'inactivité physique est un fardeau de santé publique qui cause chaque année de nombreux décès en Suisse et dans le monde. L'OMS la classe même comme le 4e facteur de risque des maladies non transmissibles (1), qui représentent à elles seules 80% des coûts directs de la santé (2). Agir sur l'environnement urbain semble être un outil puissant pour promouvoir l'activité physique dans la population (3). Par exemple, à Lausanne, il existe une répartition inégale de l'obésité entre les différents quartiers, qui s'explique principalement par des différences d'aménagement urbain (4). Si nous avons pu définir que de nombreux facteurs comme la « marchabilité », la connectivité, les espaces verts, l'accès et la proximité des transports publics sont importants pour faire bouger la population, nous avons estimé que peu d'articles nous renseignent sur les obstacles et les facteurs favorisant la mise en œuvre de projets urbains dans une perspective de promotion de l'activité physique. Ainsi, nous avons décidé d'étudier la situation aux Plaines-du-Loup, un écoquartier en construction à Lausanne qui a pour ambition d'accueillir 8'500 habitants d'ici 2034. Il intègre par ailleurs des recommandations visant à promouvoir l'activité physique émises dès la genèse du projet par un groupe de travail d'Unisanté, appelé Métasanté. De ces différents constats découle notre question de recherche : « La promotion de l'activité physique par le biais de l'aménagement urbain, quels sont les obstacles et les facteurs favorisants : l'exemple du quartier des Plaines-du-Loup. »

### *Méthode*

Pour ce travail qualitatif, nous avons effectué une revue de littérature incluant des articles scientifiques (Pubmed, Google Scholar) et de la littérature grise. Nous avons ainsi mis au point une grille d'entretien que nous avons utilisée lors de douze entretiens semi-structurés d'une heure chacun. Les différents acteurs que nous avons interrogés ont un lien direct ou indirect avec notre question de recherche : bureau d'urbanisme, experts en santé publique, médecin au Centre Santé Blécherette, politicien, spécialiste en droit de la santé, coopérative d'habitants du quartier, responsable CAT Blécherette, service des sports de la ville de Lausanne, association écoquartier, architecte, médecin du sport. En comparant les réponses obtenues à l'aide d'une grille d'analyse de contenu, nous avons pu extraire les mesures d'aménagement urbain favorisant l'activité physique déjà mises en place dans le quartier des Plaines-du-Loup ainsi que les obstacles et les facteurs favorisant leur mise en œuvre. Nous nous sommes également intéressés aux potentielles sources d'inégalités entre les différents groupes sociaux concernant ces mesures d'aménagement urbain.

### *Résultats*

Le nouveau quartier des Plaines-du-Loup fait partie d'un grand projet de refonte urbaine de la ville de Lausanne qui porte le nom de « Projet Métamorphose ». Dès sa conception, un groupe d'experts en santé publique portant le nom de Métasanté s'est constitué et a émis des recommandations d'aménagement urbain visant à promouvoir l'activité physique des habitants du quartier. Parmi les principales mesures mises en place, on peut relever la promotion de la mobilité douce avec un quartier 100% piéton, de nombreux parkings à vélos et des cheminements larges et agréables permettant de rejoindre rapidement chaque point d'intérêt. Le parking décentralisé favorise également la mobilité douce en rendant plus attractive l'utilisation des transports publics car ils sont situés à proximité des logements. Le parc, les places de jeux et le futur fitness urbain offrent de multiples points d'intérêt et de rencontre. Cependant, certains aspects restent insatisfaisants. La plupart des personnes interrogées regrettent le manque d'espaces verts et l'aspect très minéral du quartier. Cela se répercute sur les îlots de chaleur qui semblent actuellement peu maîtrisés. Le retard dans la construction du métro M3 provoque une surcharge fréquente des bus et limite la mobilité hors du quartier. La connectivité, jugée excellente au sein même du quartier, laisse à désirer une fois sorti de celui-ci. Finalement, le service des sports de la ville de Lausanne déplore le manque d'infrastructures sportives extérieures. Parallèlement, plusieurs obstacles à la mise en œuvre de mesures d'aménagement urbain favorisant l'activité

physique ont été mis en évidence par nos interlocuteurs. Les enjeux financiers se placent en première position. Métasanté estime que le budget qui lui a été alloué est "très faible" et n'a aujourd'hui pas les moyens de mener une étude portant sur l'efficacité des mesures mises en place dans le quartier. De plus, des contraintes budgétaires ont poussé la ville de Lausanne à renoncer à certains aménagements favorisant l'activité physique. La rentabilité des constructions, principale préoccupation des investisseurs, s'est également révélée être un obstacle à l'application des recommandations de Métasanté. Deuxièmement, la multiplicité des acteurs impliqués dans le projet représente un défi car il faut concilier les disponibilités et les intérêts de chacun. Finalement, notre système de santé actuel reste focalisé sur le traitement des maladies plutôt que leur prévention. De plus, l'absence d'une loi fédérale sur la santé peut compliquer la mise en œuvre de potentiels projets de santé publique. Malgré ces obstacles, il existe aussi des facteurs favorisant comme la collaboration précoce entre urbanistes, architectes et experts en santé publique. En effet, le Dr Bize explique que « c'est dans l'interdisciplinarité que le projet Métasanté a pris toute sa valeur ». De plus, l'intégration des recommandations de santé publique dans les cahiers des charges des projets urbains favorise l'application des mesures. Dans le cas du quartier des Plaines-du-Loup, il faut aussi noter la volonté immédiate de la ville de Lausanne de soutenir le projet Métasanté. Enfin, recueillir les attentes et besoins de la population lors d'ateliers participatifs et les intégrer à la conception des mesures permet de s'assurer que ces dernières soient bel et bien adaptées. Finalement, la promotion de l'activité physique par le biais de l'aménagement urbain peut bénéficier à tous et notre travail n'a pas révélé d'inégalités flagrantes entre les différents groupes sociaux. Par ailleurs, le Dr Bize souligne l'importance d'éviter de creuser des inégalités déjà existantes lors de tout projet ou campagne visant à promouvoir la santé. Toutefois, le projet n'étant pas abouti, il serait précoce d'émettre un avis définitif à ce jour.

### *Discussion et conclusion*

Compte tenu de la charge que les maladies chroniques représentent pour notre système de santé, il apparaît essentiel de lutter contre leurs facteurs de risque, telle que la sédentarité. Comme souligné dans la littérature, agir sur l'environnement construit est un outil puissant pour promouvoir l'activité physique et les obstacles potentiels ne doivent pas décourager son utilisation. Les mesures d'aménagement urbain favorisant l'activité physique présentent également de multiples co-bénéfices. En effet, diminuer les déplacements motorisés et favoriser les espaces verts participe tout autant à l'amélioration de la santé des individus qu'à la diminution des émissions de CO<sub>2</sub>. Concernant les Plaines-du-Loup, la principale limitation de notre travail réside dans le fait que le quartier est toujours en construction. Des enseignements ont été tirés de cette première étape pour que la suite de la conception du quartier soit améliorée, notamment quant à la quantité d'espaces verts et d'infrastructures sportives extérieurs. L'absence de financement d'une étude quantifiant l'impact sur l'activité physique des différentes mesures mises en place constitue également une limitation à des projets ultérieurs. En effet, des preuves formelles sur l'efficacité des mesures les rendraient plus attractives politiquement et économiquement. Pour conclure, nous sommes convaincus qu'intégrer une réflexion de santé publique, promouvoir l'interdisciplinarité et anticiper les futurs enjeux liés au réchauffement climatique sont des éléments clés à intégrer à tout futur projet urbain.

### *Références*

1. Administrator. World Health Organization - Regional Office for the Eastern Mediterranean [En ligne]. Contexte [cité le 1 juill 2024]. Disponible: <http://www.emro.who.int/fr/health-education/physical-activity/background.html>
2. OFSP O fédéral de la santé publique. [En ligne]. Faits et chiffres: Maladies non transmissibles [cité le 1 juill 2024]. Disponible: <https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-nichtuebertragbare-krankheiten.html>
3. Sallis JF, Cerin E, Conway TL, Adams MA, Frank LD, Pratt M, et al. Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. *The Lancet*. Elsevier; 2016;387(10034):2207-17. DOI: [10.1016/S0140-6736\(15\)01284-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01284-2)
4. Joost S, Duruz S, Marques-Vidal P, Bochud M, Stringhini S, Paccaud F, et al. Persistent spatial clusters of high body mass index in a Swiss urban population as revealed by the 5-year GeoCoLaus longitudinal study. *BMJ Open*. British Medical Journal Publishing Group; 2016;6(1):e010145. DOI: [10.1136/bmjopen-2015-010145](https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010145)

### *Mots clés*

Physical activity ; urbanism ; urban population ; built environment



# L'urbanisme en mouvement !



La promotion de l'activité physique par le biais de l'aménagement urbain, quels sont les obstacles et les facteurs favorisant :  
l'exemple de l'écoquartier des Plaines-du-Loup

## 1. Introduction

### Pourquoi ce travail ?

L'OMS estime que l'inactivité physique est responsable de 3 à 5 millions de décès par an dans le monde et constitue le 4e facteur de risque des maladies non transmissibles.

80% des coûts directs de la santé sont attribuables aux maladies non transmissibles.

Agir sur l'environnement urbain est un outil puissant pour promouvoir l'activité physique.

### C'est quoi les Plaines-du-Loup ?

Il s'agit d'un écoquartier en construction au nord de Lausanne, qui va accueillir 8'500 habitants d'ici 2034. Des recommandations visant à promouvoir l'activité physique ont été émises dès la genèse du projet urbain.

## 2. Méthode

Revue de littérature :  
Pubmed, Google Scholar, sites officiels (OFSP, OMS).

### Entretiens semi-structurés à l'aide d'une grille d'entretien commune à tous les intervenants :

Bureau d'urbanisme, experts santé publique, médecin Centre Santé Blécherette, politicien, spécialiste en droit de la santé, coopérative d'habitants du quartier, responsable CAT Blécherette, service des sports de la ville de Lausanne, association écoquartier, architecte, médecin du sport.

## 4. Discussion

L'élaboration d'un projet urbain incluant des objectifs de santé publique est un travail complexe.

De nombreuses problématiques à la fois économiques, environnementales, politiques, juridiques et sociales peuvent interférer avec ce dernier.

L'environnement construit étant un puissant outil pour promouvoir la santé, les obstacles potentiels ne doivent pas décourager son utilisation.



### Que retenir pour de futurs projets ?

- Favoriser la collaboration précoce entre urbanistes, architectes et spécialistes en santé publique
- Intégrer des directives claires de santé publique dans les cahiers des charges des projets urbains
- Recueillir les attentes et les besoins de la population dès la conception du projet
- Veiller à l'inclusivité et l'intergénérationnalité des mesures d'aménagement urbain prévues

## Mesures mises en place

- Quartier 100% piéton
- Connectivité des rues
- Espaces verts et places de jeux
- Transports publics (bus, futur M3)
  - Parking à vélos
  - Fitness urbain

"Tout est fait pour que les gens puissent se mobiliser partout sans entrave" - CAT Blécherette

### ça donne quoi ?

"Le volet sportif à l'intérieur de la première étape du quartier a été quelque peu oublié" - Service des sports

"La proximité du parc avec les habitations favorise l'activité physique" - Association écoquartier

## Obstacles

- Contraintes financières
- Conflits d'intérêts entre investisseurs et promoteurs de la santé
  - Multiples acteurs : implication des TL, retard du M3
  - Système de santé focalisé sur les soins aigus plutôt que sur la promotion de la santé

"C'est le lien social qui favorise le mouvement"  
Médecin du sport

## Facteurs favorisants

- Interdisciplinarité : collaboration entre médecins, urbanistes et architectes
- Recommandations de santé intégrées au cahier des charges du projet urbain
  - Ateliers participatifs avec la population
  - Volonté de la ville de promouvoir l'activité physique

## Inégalités ?

"Une campagne de santé publique doit veiller à ne pas creuser les inégalités existantes"

Médecin à Unisanté

La promotion de l'activité physique par le biais de l'aménagement urbain peut bénéficier à tous. Pour cela, il faut garder à l'esprit que certains groupes sociaux ont des besoins spécifiques. Dans le quartier, il se pose notamment la question du fitness urbain : sera-t-il adapté à tous les âges ?

Références :  
1. Administrator. World Health Organization - Regional Office for the Eastern Mediterranean [En ligne]. Contexte [cité le 25 juin 2024]. Disponible: <http://www.emro.who.int/fr/health-education/physical-activity/background.html>  
2. [En ligne]. Environnement urbain et surpoids: un lien étroit découvert grâce à GeoCoLaus [cité le 25 juin 2024]. Disponible: [https://www.colaus-psycholous.ch/newsdetail?tx\\_news\\_pi1%5Baction%5D=detail&tx\\_news\\_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx\\_news\\_pi1%5Bnews%5D=1&Hash=e77f935ec7f1751ea2e436a544c25f6](https://www.colaus-psycholous.ch/newsdetail?tx_news_pi1%5Baction%5D=detail&tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx_news_pi1%5Bnews%5D=1&Hash=e77f935ec7f1751ea2e436a544c25f6)  
3. OFSP. O fédéral de la santé publique. [En ligne]. Faits et chiffres: Maladies non transmissibles [cité le 25 juin 2024]. Disponible: <https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-nichtuebertragbare-krankheiten.html>  
4. Sallis JF, Cerin E, Conway TL, Adams MA, Frank LD, Pratt M, et al. Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. Lancet. 2016;387(10034):2207-17. DOI: 10.1016/S0140-6736(15)01284-2  
Remerciements : Nous tenons à remercier toutes les personnes interviewées ainsi que notre tuteur Orest Weber pour leur disponibilité et leur collaboration.  
Contacts : oriane.aubord@unil.ch, marine.berthaud@unil.ch, amelie.kruse@unil.ch, gilles.mindren@unil.ch, mathilde.perruchoud@unil.ch