

énéo FOCUS

DÉCEMBRE 2017

Comment développer l'activité physique dans sa commune ?

THÈMES

Activité physique

Mobilité

Concertation

À DÉCOUVRIR DANS CETTE ANALYSE

Participer au bien-être et à la santé des citoyens est un objectif adopté ou à adopter par nos élus locaux, mais pas uniquement. Le citoyen doit également être responsable dans cette démarche en contribuant à développer des habitudes de vie saine et un mode de vie physiquement actif.

QUESTIONS POUR LANCER ET/OU PROLONGER LA RÉFLEXION

Comment les communes, avec la collaboration indispensable des citoyens, peuvent-elles envisager l'activité physique libre dans l'espace public, en sécurité, et de manière adaptée à tous ?

Comment mobiliser les acteurs de la commune, les habitants et particulièrement les moins actifs ?

Comment aménager nos villes et faire s'engager les habitants dans un mode de vie physiquement plus actif ?

COMMENT DÉVELOPPER L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS SA COMMUNE ?

Participer au bien-être et à la santé des citoyens est un objectif adopté ou à adopter par nos élus locaux, mais pas uniquement. Le citoyen doit également être responsable dans cette démarche en contribuant à développer des habitudes de vie saine et un mode de vie physiquement actif.

Cet Énéo Focus se concentre quasi exclusivement sur le niveau local, communal, et sur la pratique de l'activité physique lors des temps de loisirs. D'autres pistes pourraient constituer le sujet d'une autre analyse sur les politiques régionales, fédérales ou communautaires en matière de sport et plus largement de santé publique et de bien-être.

L'activité physique libre et structurée, pour tous, dans nos villes

Dans ce cadre de réflexion, le développement d'une activité physique est lié à des temps de loisir, à des déplacements, à la vie professionnelle, à des activités domestiques... Toutefois, l'organisation d'une activité physique peut s'envisager sous plusieurs modalités ; c'est pourquoi nous voudrions introduire les notions d'activité libre et d'activité structurée.

L'activité structurée est générée par des individus ou des collectifs autour de la mise en place d'une activité physique dans un cadre donné, à des horaires prédéfinis, voire fixes : se rendre de manière hebdomadaire à sa séance de sport par exemple. Cette manière d'envisager le sport est, en règle générale, proposée par des associations sportives ou développée dans le domaine de l'éducation (à l'école par exemple). Les associations qui organisent ce type d'activité restent indépendantes des pouvoirs locaux, mais leur collaboration est essentielle pour offrir un panel d'activités à l'ensemble des habitants, pour visibiliser l'action des collectifs locaux et pour les soutenir en mettant à leur disposition des services logistiques (locaux, infrastructures sportives intérieures et extérieures, matériel, promotion...). Développer des activités sportives structurées n'est pas, comme on pourrait s'y attendre, le plus difficile pour une commune.

L'activité libre est celle qui ne nécessite aucun encadrement. On peut la pratiquer dans le quotidien, lors de ses déplacements, dans son travail, à la maison, dans ses loisirs « non sportifs »... Évidemment, elle devrait être la plus naturelle, mais c'est aussi celle qui est la plus difficile à mettre en place dans la société actuelle. Ces dernières années, de nombreuses statistiques alertent la population et les politiques sur l'augmentation de la sédentarité et sur ses conséquences. Il nous semble important de développer ce type de pratique dans un objectif de santé publique qui impacte à la fois l'éducation, le développement social et l'économie.

Illustrons ce propos par un exemple : les pratiques sportives sur l'espace public. La mise à disposition dans les parcs d'équipement sportif en libre pratique permet à la fois d'éduquer, de se retrouver pour une activité gratuite avec des personnes qu'on ne connaît pas forcément et, vu l'accessibilité financière, de renforcer l'offre et la pratique sportive. Assurément, cette manière de déduire les conséquences positives de cette implantation sportive est un peu rapide. Toutefois, c'est la multiplicité de ces initiatives et le maillage existant entre tous les espaces sportifs d'une commune qui peut multiplier les effets sur la santé des habitants, et sur les relations qu'ils lient entre eux.



C'est certainement à ce niveau-là que se situent les enjeux majeurs : comment les communes, peuvent-elles envisager l'activité physique libre dans l'espace public, en toute sécurité et de manière adaptée à

tous ? Il nous paraît évident que cela ne peut se faire sans la collaboration des citoyens. Dès lors, comment mobiliser les acteurs de la commune, les habitants et particulièrement les moins actifs ? Comment aménager nos villes et faire s'engager les habitants dans un mode de vie physiquement plus actif ?

Quel(s) développement(s) ? Et comment ?... Pour qu'au moins ça marche !

La nécessité d'une coordination de la ville... en concertation et/ou en partenariat avec les acteurs locaux est un premier ingrédient qui permettra des aménagements et une offre d'activités coordonnée et harmonisée. Il est essentiel pour le citoyen de ne pas subir les décisions, mais d'avoir des espaces pour les coconstruire. D'où l'importance des lieux de concertation comme les CCCA¹, la CCATM²... Ils sont la clé d'une adhésion des citoyens à des projets en lien avec leur(s) besoin(s).

« La création d'environnements favorables connaît un maximum d'impact lorsque l'action est menée localement : l'activité physique est alors perçue comme un enjeu prioritaire par les citoyens et les diverses communautés concernées. Cette mission relève de toutes les organisations dont les actions favorisent de près ou de loin un mode de vie physiquement actif ainsi que de tous les propriétaires d'installations sportives et récréatives »³.

Le développement d'une activité inclusive sous-entend que l'activité est adaptée à la capacité de la personne ou du groupe, accessible financièrement à tous, accessible en termes d'accès aux infrastructures, etc. C'est ainsi qu'en proposant des infrastructures intérieures et extérieures de qualité, en réfléchissant aux capacités et aux incapacités de chaque citoyen de la commune et à comment il va pouvoir se déplacer et pratiquer de l'activité physique, qu'une plus grande adhésion de l'ensemble de la population sera favorisée. C'est aussi en proposant de nouveaux projets, de nouvelles tendances que les besoins des citoyens pourront être davantage rencontrés et s'adresser aux habitants les moins actifs.

La qualité des services proposés constitue le 3^e ingrédient. La diffusion de l'information, l'aptitude de l'encadrement, la diversité de l'offre, son attrait, la sécurité des lieux et la qualité de l'aménagement, sont autant d'éléments qui concourent à la qualité des services. Dans la plupart des communes, le développement d'outils de communication ou de promotion des activités est le principal levier à la création du réseau associatif : proposer la création d'une plateforme d'échanges entre les associations sportives, organiser des événements du type « salon » qui permettent à chacun de se rendre plus visible et de se rencontrer, proposer un toute-boîte, développer un site web, etc.

L'aménagement des voiries, des abords de route, des parcs... est un gros point sur lequel les communes peuvent investir et qui participe à la sécurité des habitants désireux de profiter de l'espace public. Toute modification de cet espace devrait être pensée en concertation avec les acteurs de la ville et les citoyens pour favoriser à nouveau une adhésion et une participation active dans les projets. Toutefois, dans la réalité, des éléments techniques et administratifs viennent court-circuiter une éventuelle concertation en mode « usager » avec le citoyen. Les professionnels en charge du projet débordent sous les contraintes techniques ou administratives et ne prennent donc plus le temps d'organiser la concertation.

L'évaluation des services proposés, un outil essentiel pour avancer. Évaluer permet de donner du sens à l'action, de l'envisager avec recul par rapport aux objectifs de départ et de jauger l'état d'avancement des services. Une étape essentielle pour la santé d'un projet et de ses acteurs.

¹ Conseil consultatif communal des aînés

² Commission communale de l'aménagement du territoire et de la mobilité

³ Plan d'action régional, 2014, p.8 :

https://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/PAGE/SECT_SPORTS_FR/MEDIA/DOCUMENTS/politique_sport_version_integrale.pdf.

Une fois les ingrédients ajoutés à la marmite du développement de la pratique sportive, quels sont les outils mis à disposition de la ville ou du citoyen ?

Quels sont les moyens à la disposition des villes ? Et des citoyens ?

Fort heureusement, les ressources, les projets et les idées ne manquent pas pour développer à la fois la mobilité et les aménagements (indissociables selon nous). L'action associative porte également de nombreuses initiatives en matière de « mise à l'activité » libre ou structurée du citoyen. Les uns et les autres travaillent à une forme de sensibilisation intergénérationnelle pour favoriser la santé et le vivre ensemble.

Toutefois, entre les plans en tout genre de mobilité, d'aménagement, d'offres d'activités, de cohésion sociale, les différents types de publics à prendre en compte et le manque criant de moyens financiers, le citoyen ne sait plus où et comment s'engager pour faire avancer le projet de sa commune. Tout comme l'élu, il est noyé face à une avalanche d'éléments technico-administratifs qui ne lui permettent pas forcément de se positionner clairement et de faire avancer les politiques locales. Il doit également faire face à la réalité belge et à l'imbricatio communautaire et régional dans la répartition des compétences.

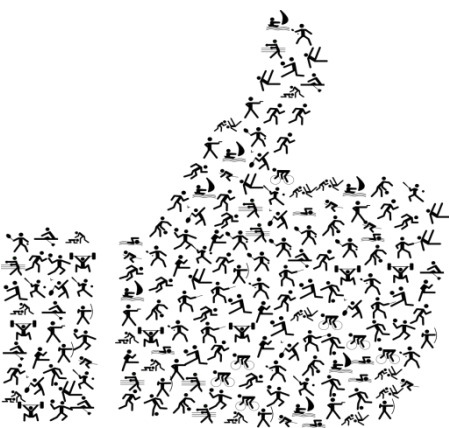
Malgré cela, il serait pessimiste de ne pas tenter de donner quelques pistes de soutiens possibles, qu'ils soient d'ordre public ou privé :

- **Le portail de la Mobilité en Région wallonne** (<http://mobilite.wallonie.be/home.html>), une mine d'information à destination de tous publics, répertoriant une série d'articles, de subsides, d'outils pédagogiques, des cartes interactives, mais aussi les acteurs principaux en matière de mobilité... Nous en citerons quelques-uns également ci-dessous.
- **Le portail de la Wallonie - Aménagement du territoire et urbanisme** (<http://www.wallonie.be/fr/competences/amenagement-du-territoire-et-urbanisme>). Plutôt axés sur de l'information technique urbanistique, mais aussi des liens vers les financements possibles pour les communes dans le cadre de leur plan d'aménagement.
- **Atingo** (www.atingo.be), service de consultance et de formation en matière de mobilité, d'ergonomie et de confort d'usage de l'environnement et des équipements.
- **Le GRACQ** (www.gracq.org), Les Cyclistes Quotidiens est une asbl sans appartenance politique qui a pour objectif principal de promouvoir le vélo comme moyen de déplacement. Ils sont organisés sous forme de groupes locaux en Wallonie et à Bruxelles, proposent des outils de sensibilisation et interpellent le décideur politique.
- **Pro Vélo** (www.provelo.org) est une asbl en constante évolution qui développe des solutions personnalisées pour faciliter et renforcer la transition vers le vélo et contribue ainsi à une meilleure qualité de vie.
- **Empreintes asbl** (www.empreintes.be) est notamment active depuis quelques années sur la thématique de la mobilité. L'équipe d'Empreintes, comprenant des conseillers en mobilité, propose des animations et des projets aux écoles et communes pour mener une réflexion sur la mobilité et la sécurité routière.
- ...

Cette liste non exhaustive aurait pu être bien plus longue. Quoi qu'il en soit, à nos yeux, l'objectif principal reste d'ouvrir le champ des possibles et de prendre un projet à la fois en rassemblant autour de la table les différents acteurs nécessaires à l'aboutissement de celui-ci, y compris les usagers du service proposé.

Conclusion

Le développement de l'activité physique en ville pose beaucoup de questions et demande des prérequis. En outre, les possibilités d'engagement citoyen ou politique et les formes possibles de développement font penser qu'il est inimaginable de ne pouvoir rien faire contre la sédentarité. Les initiatives sont nombreuses, qu'elles soient libres ou structurées. Les moyens financiers, structurels, organisationnels existent et demandent à être coordonnés. Chez énéoSport, nous avons opté pour un ancrage local de l'activité.



Ce sont les habitants qui constituent l'activité avec d'autres habitants proches ou moins proches. Ils la gèrent et la font vivre au sein de la dynamique communale. De nombreux aînés sont également investis dans les CCCA pour amener la voix des aînés dans les instances consultatives. Nous souhaitons davantage d'ouverture à de nouvelles collaborations avec les villes sur lesquelles sont implantés nos clubs et une ouverture plus grande des espaces de co-construction avec les usagers sportifs.

En conclusion, soyons physiquement actifs sur ce terrain de développement dans nos communes !

Caroline Ena,
Coordinatrice d'énéoSport

POUR ALLER PLUS LOIN...

Global Advocacy for Physical Activity (GAPA). La Charte de Toronto pour l'activité physique : un appel mondial à l'action, 20 mai 2010. www.ispah.org/advocacy-gapa

Politique de l'activité physique et de plein air - Ville de Drummond (2014) : http://www.drummondville.ca/wp-content/uploads/2015/11/doc_politique_sport-final_MAIREFEV2015.pdf

Portail de la Mobilité en Région Wallonne (<http://mobilite.wallonie.be/home.html>)

Pour citer cette analyse

Ena C., (2017), « Comment développer l'activité physique dans sa commune ? », *Énéo Focus*, 2017/29.

Avertissement : Les analyses Énéo ont pour objectif d'enrichir une réflexion et/ou un débat à propos d'un thème donné. Elles ne proposent pas de positions avalisées par l'asbl et n'engagent que leur(s) auteur(e)(s).

Énéo, mouvement social des aînés asbl
Chaussée de Haecht 579 BP 40 – 1031 Schaerbeek - Belgique
e-mail : info@eneo.be – tél. : 00 32 2 246 46 73

En partenariat avec



Avec le soutien de