

Encourager le transport actif

- Bulletin n° 2 : Les obstacles au transport actif -



Les obstacles au transport actif sont à la fois des obstacles physiques et sociaux. Certains obstacles au transport actif sont de nature physique comme l'incapacité à traverser de larges rues achalandées dont le cycle de feux de circulation est trop court, l'absence de sauts-de-mouton pédestres pour enjamber les autoroutes et les canaux ainsi que l'absence de pistes cyclables et de supports à vélos. L'aménagement urbain ainsi que le zonage et les règlements municipaux peuvent créer des obstacles pour ceux qui veulent recourir au transport actif.

Lorsque le nombre de marcheurs ou de cyclistes diminue, les conducteurs ont tendance à faire moins attention aux utilisateurs de moyens de transport actif¹, ce qui rend le transport actif plus dangereux pour ces derniers.

En 2008, selon le *Bulletin canadien de l'activité physique chez les jeunes*, le Canada a obtenu une note D pour les règlements municipaux. En effet, 96 p. 100 des municipalités étudiées avaient au moins un règlement qui nuisait à l'activité physique des enfants et des jeunes².

L'aménagement des quartiers résidentiels peut également constituer un obstacle à la vie active et au transport actif. Selon les témoignages recueillis par le Comité permanent sur la santé de la Chambre des communes du Canada³, « les habitants de quartiers où l'on peut se rendre à pied d'un endroit à l'autre sont 2,4 fois plus susceptibles de se livrer à la quantité recommandée d'activité physique. [...] Pour tous les groupes d'âge, la présence d'espaces ouverts et de parcs dans le quartier, à courte distance de marche, est le facteur le plus susceptible d'encourager les gens à marcher ». (p.7)

Les attitudes négatives envers l'activité physique et le transport actif sont considérées comme des obstacles sociaux au transport actif. Par exemple, certains pensent que marcher ou prendre son vélo est un signe de pauvreté⁴.

Le **transport actif** constitue tout moyen de transport à propulsion humaine dont :

- La marche
- Le vélo
- Le fauteuil roulant
- La course à pied
- Le patin ou la planche à roulettes



Photo de : CFLRI

Les recherches⁵ ont révélé que :

- ✘ Les politiques actuelles et les pratiques en planification sous-estiment l'importance du transport actif;
- ✘ Le processus décisionnel dans le domaine du transport a marginalisé la marche et la bicyclette. Tout le secteur est orienté vers les moyens de rendre le transport automobile plus rapide et plus efficace plutôt que d'encourager le transport non motorisé.
- ✘ Les investissements considérables dans l'infrastructure routière encouragent la propriété et l'utilisation de voitures individuelles, ce qui exacerbe les problèmes de circulation et de pollution.
- ✘ La largeur des artères et la circulation à certaines intersections les rendent difficiles à traverser pour les piétons dont les enfants, les adultes plus vieux et les personnes âgées.
- ✘ La vitesse élevée des automobiles et le manque de voies réservées aux bicyclettes découragent les gens de recourir à un moyen de transport actif.

Les collectivités rurales ou de petites tailles ont peu, voire aucune, infrastructure favorable aux moyens de transport écologique que sont le transport en commun, la marche, le vélo et le covoiturage⁶.

Faits à retenir de l'ICRCP : Lorsque nous avons demandé aux Canadiens et Canadiennes ce qui les empêchait d'utiliser des moyens de transport actif, ils ont mentionné la distance, le temps, la météo, le manque de commodité, le manque d'installations ou d'infrastructures, l'état des chemins, la sécurité routière, la sécurité personnelle, la santé, les handicaps et la culture automobile⁷.

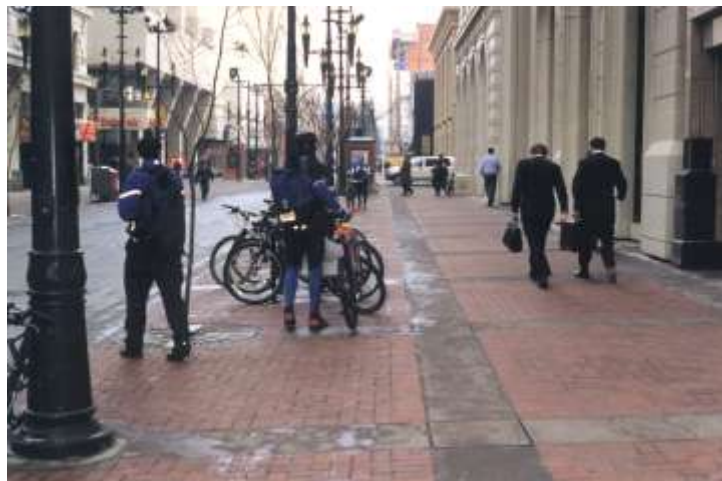
Agissez!

Prenez connaissance des obstacles au transport actif dans votre collectivité. Utilisez une liste de contrôle, comme celle proposée par le Alberta Centre for Active Living⁸ pour évaluer la situation de votre collectivité. Faites connaître vos constatations aux décideurs municipaux. La première étape du changement est de SAVOIR CE QUI DOIT ETRE CHANGE! Faites le premier pas!

Faites connaître les avantages du transport actif. Distribuez des exemplaires du bulletin n° 1, *Les avantages du transport actif pour la santé* de la série *Encourager le transport actif aux résidents de votre collectivité*. Découvrez ensemble les possibilités locales du transport actif et commencez à bouger!

Encouragez les décideurs municipaux à améliorer leur planification et le développement en fonction du transport actif. Visitez le cybersite des ministères provinciaux qui sont responsables du transport et de la planification municipale (voyez la liste dans le bulletin n° 5, *L'infrastructure urbaine* afin de mieux comprendre les processus municipaux et d'apprendre comment y participer à titre de citoyens et de citoyennes.

Utilisez des moyens de transport actif et encouragez vos amis, vos voisins et vos collègues à faire de même. Faites votre part pour établir une nouvelle norme sociale. Lancez le mouvement en utilisant le transport actif pour vous rendre au travail, à l'école, à vos activités de loisirs ou pour faire vos courses. En utilisant vous-même le transport actif dans votre collectivité, vous pourrez cerner les obstacles qui doivent être portés à l'attention des décideurs municipaux.



Références bibliographiques :

1. Frank, L., S. Kavage et T. Litman, *Promoting public health through smart growth : building healthier communities through transportation and land use policies and practices*, Smart Growth BC, 2006, p. 1-43.
2. Jeunes en forme Canada (2008). Buletin canadien de l'activité physique chez les jeunes 2008. www.activehealthykids.ca.
3. Canada, Comité permanent de la santé, *Des enfants en santé : Une question de poids*, Chambre des communes, 39e Parlement, 1re session, 2007, www.parl.gc.ca.
4. Butler, G.P., H.M. Orpana et A.J. Wiens, « By your own two feet : Factors associated with active transportation in Canada », *Revue canadienne de santé publique*, vol. 98, no 4, 2007, p. 259-264.
5. Victoria Transport Policy Institute, www.vtpi.org.
6. Transport Canada, *Le transport durable dans les petites collectivités et les collectivités rurales*, Ottawa (Ontario), bulletin no 61, 2006, www.tc.gc.ca/programmes/environnement/pdtu/collectivitespetit.
7. Cragg, S., C. Cameron et C.L. Craig, *Sondage national sur les moyens de transport de 2004*, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, Ottawa (Ontario), 2006.
8. Alberta Centre for Active living, www.centre4activeliving.ca/olderadults/rural/changes/walk_checklist.pdf.

Comment utiliser le présent bulletin : Ce feuillet s'adresse à tous ceux et celles qui souhaitent mieux connaître les obstacles au transport actif. Vous pouvez distribuer ce bulletin à des séances d'information publiques, à des activités communautaires ou à des foires sur la santé.

Voici la liste des autres bulletins sur le transport actif (www.cflri.ca)

- N° 1 *Les avantages du transport actif pour la santé*
- N° 3 *Les avantages économiques du transport actif*
- N° 4 *Les avantages environnementaux du transport actif*
- N° 5 *L'infrastructure du transport*
- N° 6 *Le transport actif sécuritaire*
- N° 7 *Le transport actif et le capital social*
- N° 8 *Le rôle des décideurs municipaux*

