

Construire demain : climat, ville et santé au cœur des politiques locales

Atelier : la marche pour
tous dans l'espace public

Mardi 25 novembre 2025

Introduction

- De nombreuses études ont démontré les avantages de la marche sur l'amélioration de la santé
- Il est donc important de favoriser la marchabilité dans l'espace public, en particulier encourager la marche pour les usagers les plus fragiles. De plus, aborder la question du point de vue des piétons les plus vulnérables, c'est l'occasion de se poser la question de la qualité de la marche dans sa commune.

Relation entre la marchabilité du quartier et les facteurs de risque cardiovasculaires

Résumé graphique d'une étude épidémiologique

Trois paramètres ont été utilisés pour définir l'indice de marchabilité dans l'étude :

- La densité de population
- La connectivité des rues
- La mixité du mode d'occupation des sols

Cette étude a analysé la relation entre l'indice de marchabilité et les facteurs de risque cardiovasculaires

Pour une augmentation d'un interquartile de l'indice de marchabilité :

- La prévalence de la marche quotidienne supérieure à 30 min. augmentait de 5,8 %
- L'IMC diminuait de 0,23 kg/m²
- La pression artérielle diminuait de 1,66 mmHg

© L'INSTITUT PARIS REGION, ORS 2022

Source : L'Institut Paris Region d'après de Courty et al., 2021



Vivre la ville en bonne santé, marcher, bouger ! - Institut Paris Région

Principaux avantages de la marche en ville

La santé et l'activité physique sont les principaux avantages de la marche en ville

Quels sont, pour vous, les principaux avantages de la marche en ville ?

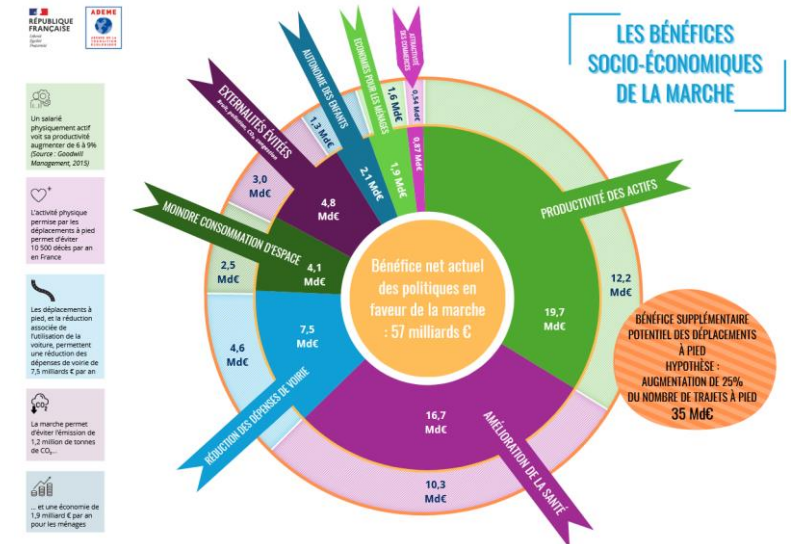
Réponses : présence de l'item dans le TOP 1/2/3

Base : tous les Français

- | | |
|--|-------|
| 1) C'est bon pour ma santé | 69% * |
| 2) Cela me permet d'avoir une activité physique | 67% |
| 3) C'est un mode de déplacement gratuit | 54% |
| 4) C'est pratique | 34% |
| 5) C'est un plaisir pour moi de marcher en ville | 32% |
| 6) C'est facile pour rejoindre une ligne de transports collectifs | 17% |
| 7) Cela me permet de faire des rencontres | 13% |

*Note de lecture : 69% des Français ont identifié l'item « c'est bon pour ma santé » comme l'avantage n°1, ou n°2 ou n°3
Sondage Marche en ville - Mai 2025

Sondage : collectif place aux piétons



Bilan socio économique de la marche: ADEME

Les contraintes du point de vue de l'utilisateur

Mettez-vous dans la peau de votre persona :

- Quels lieux fréquente-t-il/elle ? Quels sont ses trajets ? Comment s'organise-t-il/elle?
- Quelles sont ses contraintes et ses besoins?
- Comment s'adapte-t-il/elle en période de forte chaleur ?

Discussion de 15'

On note les contraintes sur un paper

**Kevin**
45 ans


 *Parent avec poussette double*


 *Habite en centre-ville*


 *Emmène ses jumeaux au parc ou à la crèche*


 *"Les trottoirs sont parfois trop étroits pour passer."*


Quels obstacles rencontre-t-elle ?

**Juliette**
28 ans

 *Femme enceinte de 7 mois, travaille à 15 minutes à pied de chez elle*

 *Se déplace à pied et en transport en commun*

 *Continue à se rendre au travail quotidiennement*

 *"Quand il fait chaud, je rêve d'un banc à l'ombre ou d'un point d'eau."*

Quels obstacles rencontre Juliette pour marcher dans l'espace public ?

Mise en situation : (réalisé avec un seul groupe)

Tirer une carte et réalisez le défi indiqué :

- Décrivez les principales difficultés rencontrées
- Complétez le paper de nouvelles idées émergeant

Durée de 15'

Eléments de diagnostic



• Environnement immédiat : audit de marchabilité

Accessibilité

Cheminement large libéré de tout obstacle

- **Dimensionnement** (abaissée, largeur, longueur)
- **Contraste** visuel et tactile
- **Etat aménagement et équipement** (plat / sans contre pente)
- **Assises** (répartition)

Cohérence

- **Signalétique – Jalonnement**
- **Continuité** cheminement (ligne de désir)
- Continuité cheminement entre espace public et bâti ou parcelle privé (**interface**)
- **Intermodale** (horaire)

Sécurité

- **Structuration flux** (+/- mixte) – **protection corporelle**
- **Stationnement**
- **Obstacle**
- **Les équipements** (ou leur absence)

Qualité de l'environnement

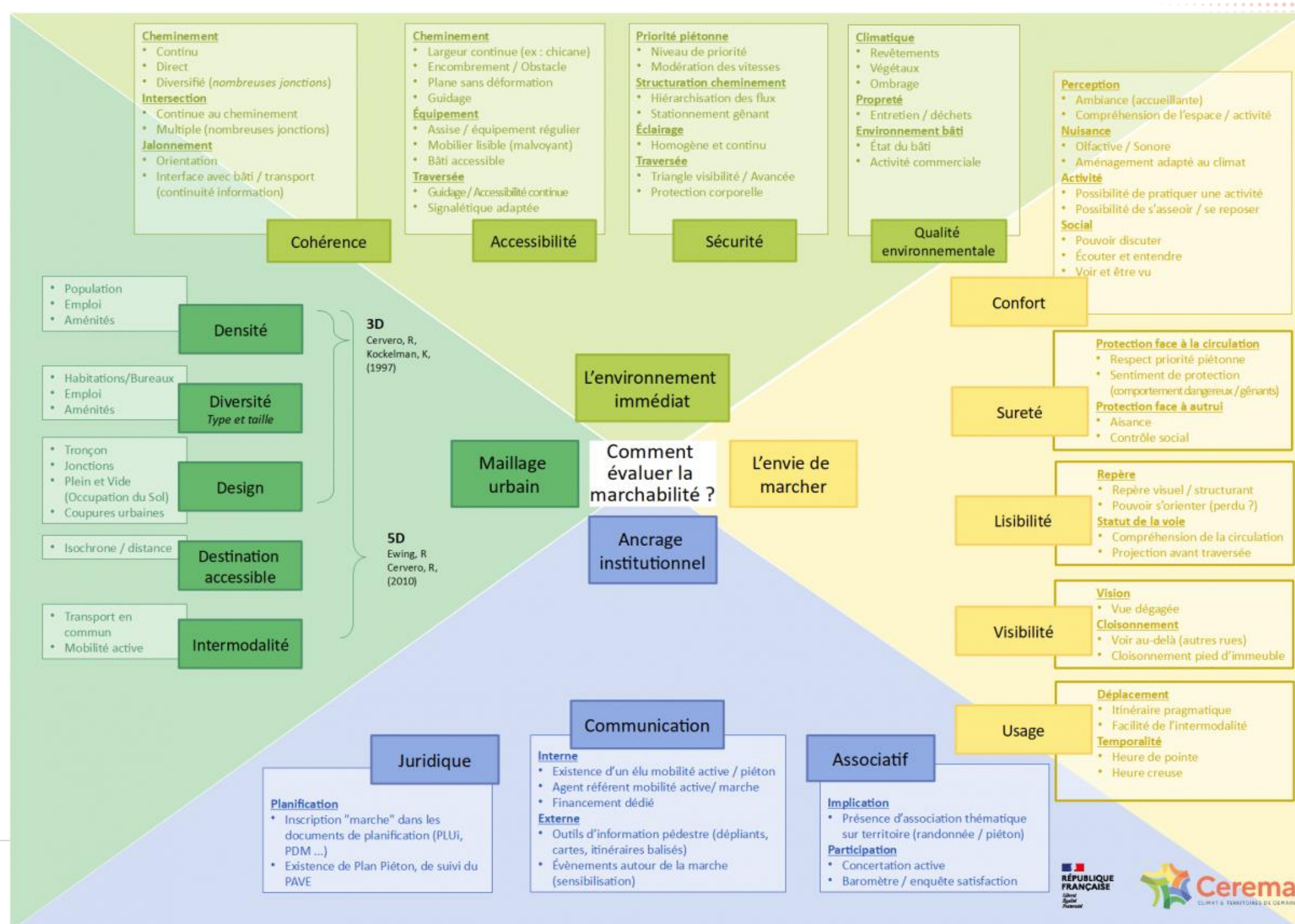
- Les **matériaux** (esthétique)
- **Ombrage** (répartition)
- La **végétation** (plus ou moins valorisée)
- Etat du **bâti**
- **Propreté**



Ressources :
[Microsoft PowerPoint - Livret_marchabilite_1310](#)

Exemple de représentation possible de l'état de marchabilité d'une rue : des photos retravaillées et commentées en fonction de plusieurs critères de marchabilité (ici : les critères relevant de "l'environnement urbain" : accessibilité, cohérence, sécurité, qualité de l'environnement); un exemple à combiner avec un SIG ou un système de notation.

Ressources : Microsoft PowerPoint - Livret_marchabilite_1310

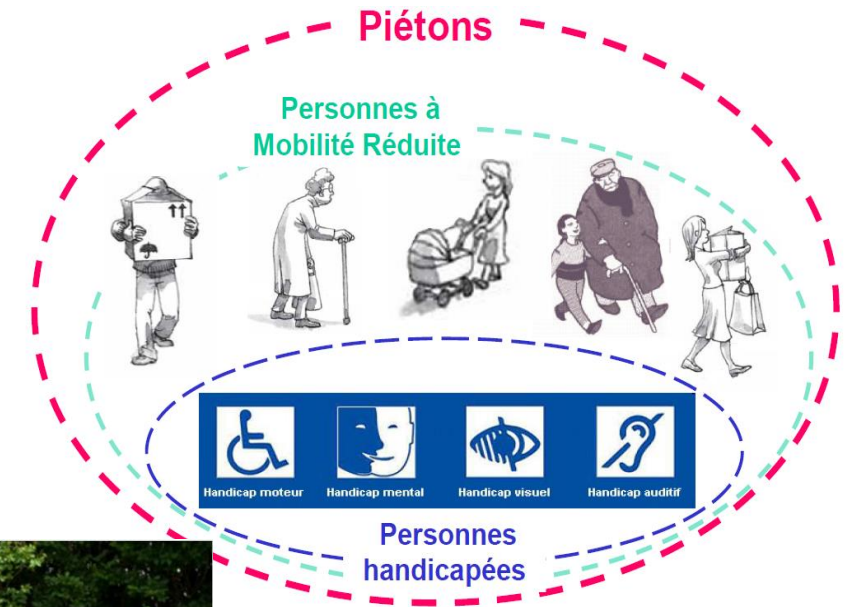


PÊLE MÊLE DES PHOTOS PRESENTEES



<https://www.leprogres.fr/transport/2024/12/13/ils-habitent-rue-du-vallon-thorey-rue-du-bois-joli-chemin-finat-duclos-ou-chemin-de-l-aigas-leur>

<https://www.ledauphine.com/isere-sud/2011/04/25/attention-en-poussette-bebe-s-intoxique>



Requalification de l'espace public pour favoriser la marche

Des bénéfices multiples : santé, bien-être, interactions sociales, infiltration de l'eau de pluie, rafraîchissement urbain...





Requalification de bourg - L'Observatoire CAUE



Fossés élargis et plantation aux pieds des arbres dans le centre-ville en 2021

© Jacques ÉCUER



Exemple de végétalisation de mur pied de mur par une strate herbacée, et par des plantes grimpantes.

Canton de Genève. Photos : Loris Von Siebenthal et extrait du livre "Cultiver l'eau douce. Du jardin de pluie à l'hydrologie régénérative", éditions Éditions Ulmer

[\(26\) Post](#) | [LinkedIn](#)

Requalification de centre-village

Vic-la-Gardiole (34)

Végétalisation de pleine terre, gestion des eaux pluviales, valorisation du patrimoine

Source : ateliers Sites

Les rues moyenâgeuses abîmées

Une réappropriation des seuils



Aires de jeux naturelles - Montpellier

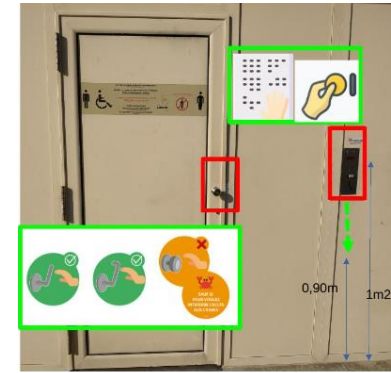
Les enfants dehors - Montpellier



Se reposer, points d'eau et toilettes



- les tables avec emplacements pour s'attabler compatibles avec un fauteuil roulant
- la présence d'accoudoirs facilite le relevé



Source : Cerema



- Des équipements accessibles à tous, toilettes et points d'eau

Adapter les rythmes d'ouverture: ouverture des parcs et des lieux publics



Quelques ressources Cerema

Diagnostic : Marchabilité d'un espace public : quelles méthodes pour l'évaluer? | Cerema

Article :

Favoriser la marche: quels aménagements, quelles démarches pour mieux accueillir les piétons ? | Cerema

Petit Essentiel : Développer la marche : le Cerema présente aux collectivités les éléments-clés pour agir dans un Essentiel | Cerema

Guide synthétique : une voirie accessible à tous (Cerema/DMA)

https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/documents/Guide%20voirie%20accessible_juin%202025.pdf

Quelques ressources Cerema

Adaptation aux changements climatiques

Qualité de l'air extérieur et opérations d'aménagements

Adapter la voirie urbaine au changement climatique

Guide technique ville perméable de ma métropole Nice Côte d'Azur

Design actif : Design Actif: comment aménager l'espace public pour favoriser l'activité et la vie locale | Cerema

Rue aux écoles : Rues aux enfants et chemins des écoles : pacifier les abords des écoles de Marseille pour développer une mobilité décarbonée | Cerema

Fiches thématiques marche :

1. Favoriser la marche. Série de fiches : Fiche n° 01 : Plan piéton La Chapelle-Glain – Cerema
2. Favoriser la marche. Série de fiches : Fiche n° 02 : Mieux accueillir les piétons âgés dans l'espace public – Cerema
3. Favoriser la marche. Série de fiches : Fiche n° 03 : Les lieux de pause et de repos : éléments essentiels de la marche en ville – Cerema
4. Favoriser la marche. Série de fiches : Fiche n° 04 : Les itinéraires pédestres balisés en ville : l'exemple de Mulhouse Alsace Agglomération – Cerema
5. Favoriser la marche. Série de fiches : Fiche n° 05 : La prise en compte de la marche dans les documents de planification – Cerema
6. Favoriser la marche. Série de fiches : Fiche n° 06 : Les outils fonciers pour rétablir les continuités piétonnes – Cerema
7. Éclairage des espaces publics pour les piétons : Favoriser la marche. Fiche n° 07 – Cerema
8. Les micro-aménagements en faveur des piétons : Favoriser la marche. Fiche n° 08 – Cerema
9. Favoriser la marche : Les magistrales piétonnes. Un réseau piéton à haut niveau de service. Fiche n° 9 - Cerema

Un outil pour le choix des végétaux

sesame.cerema.fr

Vos besoins Les services rendus par l'arbre	 Maintien de la biodiversité	 Alimentation des êtres humains	 Réduction du ruissellement	 Stabilisation des pentes
	 Réduction de l'érosion en superficie	 Rafraîchissement du climat urbain	 Régulation de la qualité de l'air	 Paysage et cadre de vie
				 Stockage du carbone



<https://sesame.cerema.fr/>



Quelques rappels sur l'accessibilité

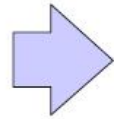
Les revêtements de sol: praticabilité et lisibilité des espaces

Un revêtement de sol adapté:
Non meuble et Non glissant



Des choix pour une meilleure lisibilité de l'aménagement

Attention aux trous et fentes:
largeur ou diamètre < 2 cm
(cannes ou roues des fauteuils)



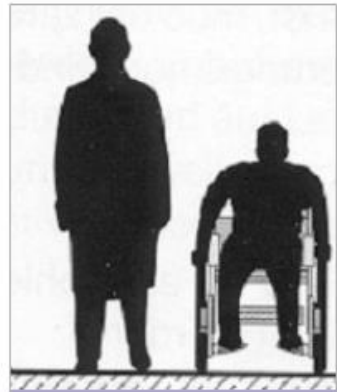
Bande cyclable



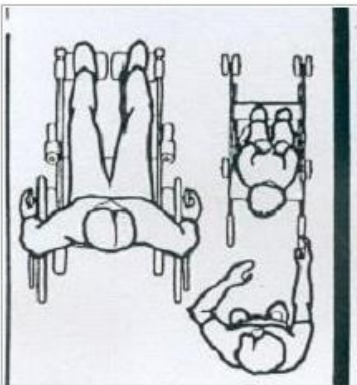
Quelques rappels sur l'accessibilité

Les cheminements piétons: profil en travers et point de repos

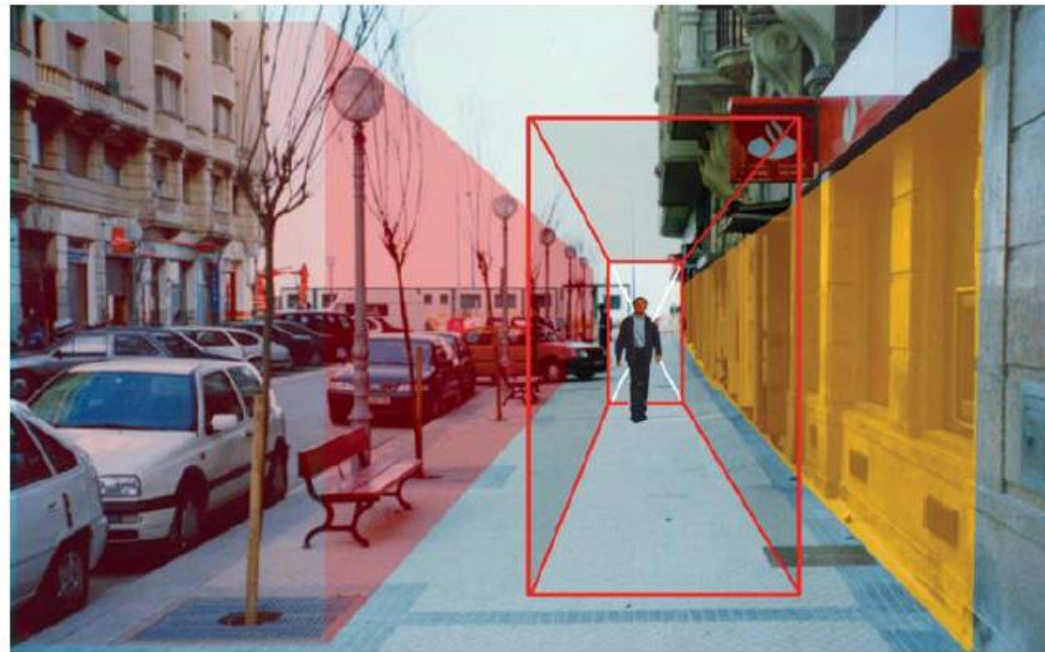
Largeur du cheminement : **gabarit hors obstacle**



1,20 m minimum
sans parois



1,40 m minimum
mur d'un côté



zone technique cheminement piéton zone technique
trottoir

1,80 m recommandé en urbain (prise en compte de toutes les émergences et implantations de mobilier)

La réglementation de la voirie et des espaces publics n'autorise pas des rétrécissements inférieurs à 1,20 mètre

Recommandations

Le cheminement plus usuel , le plus direct , le plus court

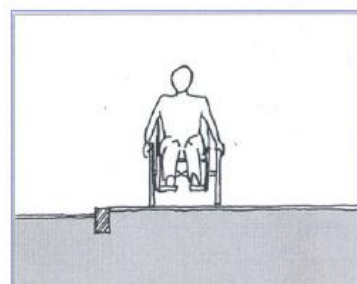
Les points de repos : appui ischiatique, banc, abri tous les 200 m
Plutôt largeur 1m80

Quelques rappels sur l'accessibilité Les pentes, les devers, les ressauts

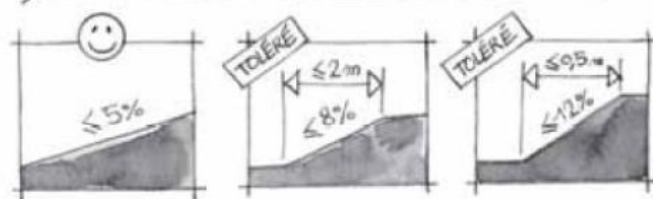
Palier de repos (1,40m x 1,20m)
tous les 10 m si pente > 4%

Pente de 5%
maximum

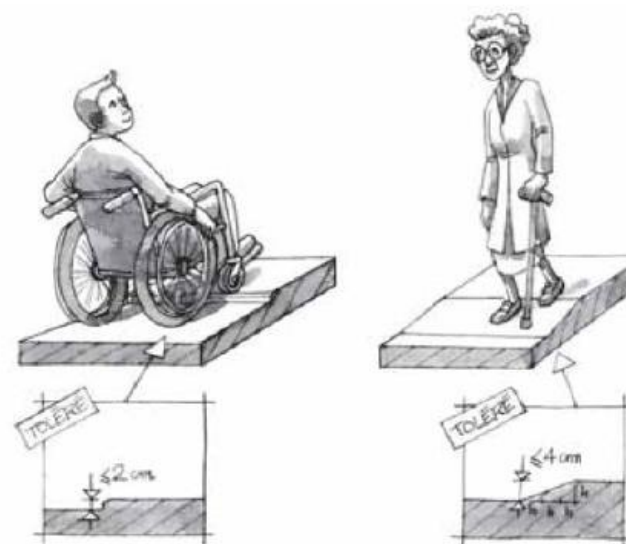
Garde corps
si $h > 0,40\text{m}$



Dévers < 2 %

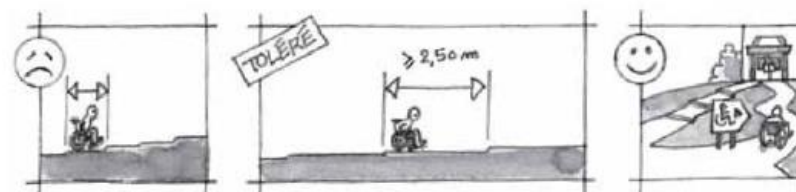


Tolérance en cas d'impossibilité technique:
8% si longueur < 2 m
12% si longueur < 0,50 m

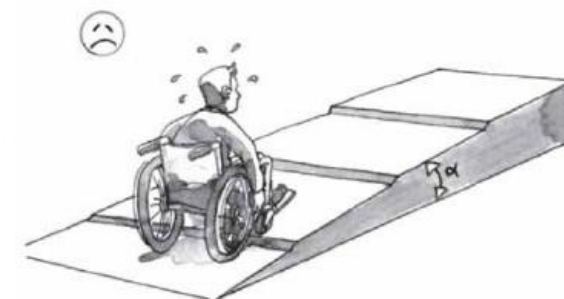


Hauteur du ressaut :
2 cm maxi. avec bords arrondis ou
4 cm si chanfrein à 1/3

Attention à l'interface avec le
cadre bâti !



Longueur de 2,50 m entre 2
ressauts successifs
« Pas d'ânes » interdits



Merci pour votre attention

Valérie Battaglia
Aude Peyron

valerie.battaglia@cerema.fr
aude.peyron@cerema.fr

www.cerema.fr

