

SONDAGE

**Notre
temps,**

AVEC LE SOUTIEN DE



Marcher

C'EST LE PIED

LES SENIORS MARCHENT DE PLUS EN PLUS,
MAIS LES VILLES ARRIVENT-ELLES À LES SUIVRE ? ENQUÊTE
ET SONDAGE POUR FACILITER LA VIE DES PIÉTONS.

JEAN-CHRISTOPHE MARTINEAU, FLORENCE MONTEIL ET MARIE AUFFRET-PERICONE

Rien de tel que la marche pour garder la forme et le moral : les seniors l'ont bien compris puisqu'ils font 52% de leurs déplacements à pied ! Ce constat, révélé par le sondage réalisé par Ipsos pour *Notre Temps* (lire pages suivantes) et soutenu par la Cnav, est d'autant plus frappant que pour l'ensemble des Français la proportion n'est que de 46%. Les plus de 60 ans marchent en moyenne 41 minutes par jour, contre 35 minutes pour l'ensemble de la population. Et pourquoi marchent-ils autant ? « Par plaisir » répondent 8 seniors sur 10. Un plaisir d'autant plus intense qu'ils se sentent en sécurité (89%) et y puisent une source d'équilibre (80%). À tout âge et quelle que soit la taille de la ville, les témoignages confirment ce besoin hédoniste de marcher.

Pourtant les villes n'ont pas encore assez pris la mesure de ce phénomène et l'aménagement de la voirie doit s'adapter. C'est le deuxième enseignement de notre enquête : 68% des plus de 60 ans s'estiment « plutôt satisfaits » et 79% jugent « urgent de réaliser des travaux pour faciliter les déplacements à pied des personnes âgées ». Et le taux de satisfaction déjà moyen tombe à 52% pour l'agglomération parisienne. L'entretien et l'usage des trottoirs arrivent en tête des mesures à prendre en priorité.

Nous avons aussi donné la parole à Pierre-Olivier Lefebvre du Réseau francophone des villes amies des aînés qui accompagne partout en France une réflexion de fond pour « penser la ville avec les pieds ».

...

Rendre la ville AUX PIÉTONS

Marcher par nécessité et surtout par plaisir.
En toute sécurité, sur des trottoirs bien balisés.
Le rêve ! Certains déménageraient pour ça...



LES SENIORS EN TÊTE DE PELOTON



41 minutes de marche à pied en moyenne par jour pour les plus de 60 ans, soit 6 minutes de plus que l'ensemble de la population ! Les seniors se déplacent en tout 1 h 19 quotidiennement (contre 1 h 16). La part de marche représente 52 % de leurs déplacements.

LA CLÉ DU BONHEUR ?



91 % des seniors se sentent libres et 92 % sereins lorsqu'ils marchent en ville.

89 % des seniors éprouvent également un sentiment de sécurité.

81 % des seniors éprouvent du plaisir à marcher dans leur ville et autant estiment que cette activité est nécessaire à leur bon équilibre physique et psychologique.

BOUGER... S'IL LE FAUT



41 % des seniors sont prêts à déménager dans un quartier ou une autre ville où il serait plus facile de se déplacer à pied.

LES CHIFFRES À LA LOUPE

Surprise ! Les 60 ans et plus sont des piétons heureux. **La marche est une activité nécessaire à leur équilibre (80 %) qu'ils pratiquent avec plaisir (81 %).** Elle est même le symbole d'une certaine liberté pour la quasi-totalité d'entre eux (91 %). Autant d'éléments qui traduisent leur souhait de rester autonomes. La marche en ville reste une pratique sûre : ainsi **92 %** des personnes interrogées déclarent n'avoir jamais été agressées au cours des six derniers mois lors de leurs déplacements à pied. À noter cependant que les marcheurs de l'agglomération parisienne sont moins sereins (79 %) que ceux habitant le monde rural (96 %). De même, ils ne sont que **77 %** à se sentir en sécurité lors de leurs déplacements à pied, contre **94 %** des ruraux. Si la volonté de bouger est partagée par tous les seniors, elle s'infléchit à partir de 80 ans. Conséquence de l'apparition des premières limitations physiologiques, les « aînés » ne sont que **75 %** (contre 81 %) à trouver plaisant de se déplacer à pied, et **86 %** (contre 91 %) à se sentir libres en marchant dans leur ville. Il y a donc une érosion, mais pas d'effondrement de la motivation des personnes les plus âgées. Enfin, la marche est à ce point synonyme d'indépendance et de bien-être que **41 %** des 60 ans et plus (53 % des 60-64 ans, mais encore 30 % des plus de 75 ans) sont prêts à déménager s'ils rencontrent un jour des difficultés pour se déplacer *pedibus* dans leur commune. Avis aux municipalités !

« Pour moi, marcher, c'est fondamental ! Et je n'ai pas l'intention d'arrêter. Je me suis déjà fait trois entorses à cause du mauvais état des trottoirs, alors maintenant je me faufile sur la route. Ce qui énerve les automobilistes mais je n'ai pas toujours le choix. Dans le centre-ville, ça va, même s'il n'y a pas de rues piétonnes ni de bancs pour se reposer. Les trottoirs sont larges et entretenus. Les choses se compliquent dès que l'on s'éloigne du cœur de ville. Les trottoirs sont étroits, en pente du côté de la chaussée, et souvent déformés par les racines des arbres. J'ai des voisins âgés qui ne sortent quasiment plus de chez eux... »

Denise Faillot, 78 ans. Gagny (93), 39 000 habitants.

« J'habite à dix minutes du centre je me déplace au maximum à pied. J'ai toujours aimé marcher et j'espère bien continuer longtemps. Cela me permet de voir du monde, d'échanger, de croiser des connaissances au marché. Dans le centre-ville, il est facile de circuler tranquillement à pied. Il reste encore quelques trottoirs étroits peu pratiques pour les personnes en fauteuil ou les poussettes, mais dans l'ensemble, ça va. C'est vrai qu'il n'y a plus beaucoup de bancs "traditionnels", mais il y a pas mal d'îlots fleuris qui permettent de s'asseoir. »

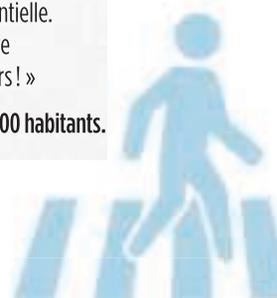
Monique Butin, 60 ans. Montdidier (80), 6 000 habitants.

« J'aime ma ville. Il y a une grande rue piétonne. C'est une très bonne idée, mais elle est de plus en plus occupée par les terrasses des cafés. Il faut naviguer entre les chaises et les vélos qui roulent sans faire attention. C'est pénible. Les trottoirs sont larges mais beaucoup de voitures se garent sur les passages piétons. Pas facile pour traverser ! Et puis, les trottoirs sont inclinés pour que la pluie s'écoule dans le caniveau. Tant que l'on est en forme, on ne s'en rend pas compte... Mais après mon opération de la hanche, je marchais avec une canne et c'était vraiment difficile ! »

Gilberte Paon, 77 ans. Dieppe (76), 30 000 habitants.

« Je marche au minimum deux heures par jour. Si je ne pouvais plus marcher, je serais malheureuse. Je n'hésiterais pas à prendre une canne. Retraîtée depuis peu, je me déplace de plus en plus à pied. Par nécessité, par conviction car je suis écologiste, mais surtout par plaisir. À Joué-lès-Tours, les magasins ferment les uns après les autres et nous allons faire les courses à Tours, en tram. Peu à peu, la ville devient essentiellement résidentielle. Je suis favorable aux parkings autour des villes pour rendre le centre-ville aux piétons... Il faut aussi réparer les trottoirs ! »

Catherine Lebert, 63 ans. Joué-lès-Tours (37), 38 000 habitants.



LE REGARD DE L'EXPERT

« Penser la ville avec ses pieds, j'aime l'idée »

PIERRE-OLIVIER LEFEBVRE*, DÉLÉGUÉ GÉNÉRAL DU RÉSEAU FRANCOPHONE DES VILLES AMIES DES AÎNÉS

Notre Temps. Que vous inspire notre sondage ?

Pierre-Olivier Lefebvre. Cette enquête atteste de la capacité et de la volonté des retraités de rester mobiles, ils expriment donc des attentes fortes d'aménagements pour pouvoir continuer à vivre en autonomie. Sinon, 41 % – ce chiffre est une vraie surprise – sont prêts à déménager... Les collectivités ont donc un réel devoir de répondre à ces demandes. Pour cela, elles doivent consulter et associer les citoyens de tous âges aux décisions.

Estimez-vous que la ville facilite la vie des piétons ?

Après une période où l'esthétisme primait sur la praticité, les pouvoirs publics prennent désormais en compte les besoins

des piétons. D'un côté, les transports en commun se multiplient, de l'autre un mobilier urbain adapté facilite les trajets : toilettes publiques, sièges dans les abris bus, signalements au sol, revêtements antidérapants, éclairages mieux conçus...

Les élus pensent-ils désormais la ville « avec leurs pieds » ?

J'aime beaucoup votre idée de ville « pensée avec ses pieds », car cela va dans le bon sens, celui d'une écologie vraiment humaine. C'est pourquoi les démarches impliquant des élus, des professionnels et des habitants menées par les Villes amies des aînés tracent un sillon positif. Ensemble, ils évaluent la façon d'habiter les lieux et l'usage qui en est fait par

les différentes générations. En effet, les bonnes solutions pour une ville ne le sont pas forcément pour une autre : tout dépend de la topographie, du relief, du climat... Dans certains quartiers, les personnes âgées sont également plus nombreuses. Il est important de prendre en compte tous ces éléments.

De quoi ont besoin les plus âgés ?

Ils doivent être rassurés sur le fait que sur leur trajet, ils emprunteront un parcours sécurisé durant lequel ils pourront faire une pause s'ils le souhaitent, avec des feux de signalisation bien cadencés et des trottoirs larges, bien éclairés. Il est également nécessaire de leur proposer des arrêts de tramways ou de bus suffisamment rapprochés.

Au-delà de 500 mètres de marche, sans arrêt, ils n'utiliseront pas les transports en commun !

Les mentalités doivent-elles évoluer en France ?

Bien sûr ! En France, les personnes âgées renâclent à prendre une canne, et encore plus un déambulateur. Dans d'autres pays, leur usage est banalisé. Certaines trottinettes et scooters électriques sont courants en Grande-Bretagne. Avoir besoin de matériel pour remédier à nos fragilités, ce n'est pas un drame. Parce que vieillir, c'est quand même une chance ! **M. A. P.**

* Il travaille au quotidien en relation avec les élus, habitants et services techniques des villes adhérentes au réseau. Son credo ? Être un piéton heureux dans sa ville, c'est possible à tout âge... mais les seniors doivent faire entendre leur voix. ●●●

Adapter la ville

POUR QUE ÇA MARCHE

Des travaux d'aménagement, des services et commerces de proximité, quelques règles de savoir-vivre (et des lois pour les faire respecter)... Encore un effort !



DOUBLE RISQUE À PARIS!

40 % des seniors n'ont pas trouvé d'endroit où se reposer lors de déplacements à pied dans leur commune au cours des six derniers mois. C'est le cas pour 63 % des habitants de l'agglomération parisienne et de 28 % des personnes vivant dans le monde rural.

40 % des seniors sont tombés dans la rue à cause du mauvais état du trottoir ou de la chaussée (43 % des « Parisiens » et 16 % des « ruraux »).

29 % des seniors ont manqué de se faire renverser par une voiture (43 % des « Parisiens » et 18 % des « ruraux »).



LES 5 PRIORITÉS DES SENIORS

58 % Entretien correctement les trottoirs.

44 % Installer un mobilier urbain permettant de se reposer.

43 % Faire respecter les règles d'utilisation des trottoirs.

39 % Développer des commerces et des services de proximité dans leur quartier.

34 % Mettre en place des transports en commun adaptés.



VOIRIES : PEUT MIEUX FAIRE...

68 % des seniors sont « plutôt » satisfaits des installations lors de leurs déplacements. Mais 79 % des 60 ans et plus jugent urgent de réaliser des travaux d'aménagement pour faciliter les déplacements à pied des personnes âgées en ville.

LES CHIFFRES À LA LOUPE

D'accord, près de **7 seniors sur 10 (68 %)** se déclarent globalement satisfaits des installations permettant de se déplacer à pied dans leur ville. Mais ils ne sont que **12 %** à se dire « très satisfaits ». C'est peu... Les 60 ans et plus font contre mauvaise fortune bon cœur ! Très clairement, l'agglomération parisienne est mal notée. **48 %** des seniors parisiens sont insatisfaits de leurs conditions de déplacements à pied. **43 %** ont déjà manqué de se faire renverser par une voiture et autant sont tombés en raison du mauvais état du trottoir ou de la chaussée. Les 60 ans et plus pointent un certain nombre de freins à la marche : l'état des trottoirs, le non-respect des règles d'utilisation des trottoirs (empiètement des voitures, circulation des vélos...), l'absence de bancs pour se reposer, l'insuffisance de commerces et services de proximité ou de transports en commun adaptés. Rien d'étonnant à ce qu'ils jugent important (**62 %**) de réaliser des travaux d'aménagement pour faciliter leurs déplacements. D'autant plus que, vieillissement oblige, **60 %** d'entre eux anticipent des conditions de marche plus difficiles en ville dans les dix ans à venir. Plus que jamais, les aménageurs et les élus vont devoir se mobiliser pour contribuer à préserver l'autonomie des seniors!