



# Les quartiers ayant un bon potentiel piétonnier et l'activité physique au Canada

Le potentiel piétonnier permet de déterminer dans quelle mesure un quartier favorise l'activité physique. Les facteurs suivants font augmenter le potentiel piétonnier :

- la bonne connectivité des rues;
- la proximité aux destinations utiles, comme les écoles, les lieux de travail, les bureaux de poste, les magasins et les parcs;
- la haute densité de population.



Chaque quartier se voit attribuer un score (de 1 à 5), 1 représentant le potentiel piétonnier le plus faible et 5 représentant le potentiel piétonnier le plus élevé.

## Région rurale

## Banlieue

## Région urbaine



Catégorie 1  
Moins bon potentiel piétonnier

Catégorie 2

Catégorie 3

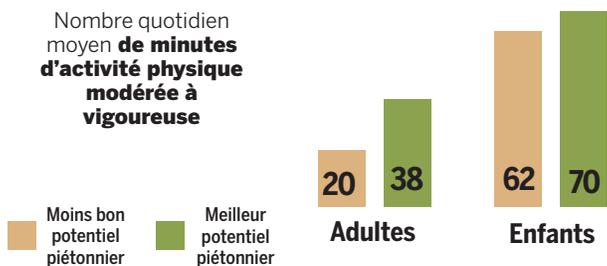
Catégorie 4

Catégorie 5  
Meilleur potentiel piétonnier

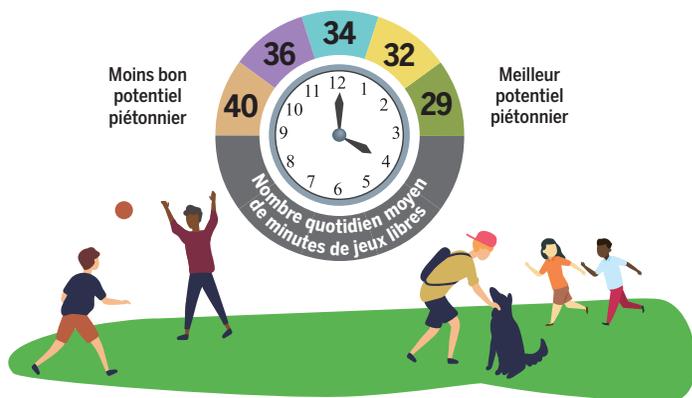
Les adultes qui vivent dans des quartiers ayant un bon potentiel piétonnier sont plus actifs que ceux qui vivent dans des quartiers où ce potentiel est plus faible.

L'effet est beaucoup moins prononcé chez les enfants et les jeunes.

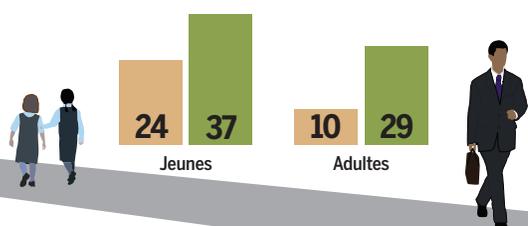
Nombre quotidien moyen de minutes d'activité physique modérée à vigoureuse



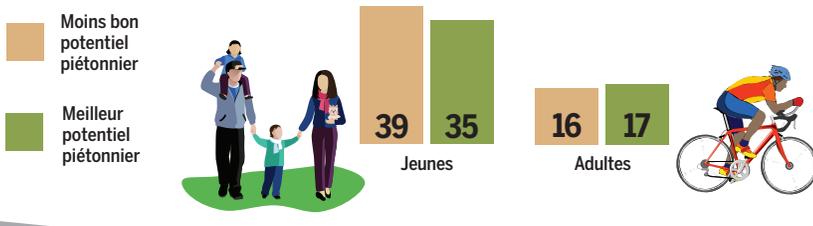
Les enfants (de 5 à 11 ans) qui vivent dans des quartiers ayant un faible potentiel piétonnier participent davantage à des jeux libres.



Le transport actif est plus utilisé dans les quartiers ayant un bon potentiel piétonnier.



Le potentiel piétonnier a peu de répercussions sur l'activité physique liée aux loisirs.



## Potentiel piétonnier et obésité

La proportion d'adultes âgés de 18 à 59 ans et classés comme faisant de l'embonpoint ou comme étant obèses était **50 % plus faible** dans les quartiers affichant le meilleur potentiel piétonnier, comparativement aux quartiers ayant le moins bon potentiel piétonnier.



Sources: R.C. Colley et al., « Le lien entre les quartiers ayant un bon potentiel piétonnier et l'activité physique tout au long de la vie », *Rapports sur la santé*, 30(9), 2019, p. 3-14.  
R.C. Colley et al., « Étude sur le lien entre les quartiers ayant un bon potentiel piétonnier, l'obésité et la santé autoévaluée des Canadiens », *Rapports sur la santé*, 30(9), 2019, p. 15-27.

Numéro du catalogue : 11-627-M  
ISBN : 978-0-660-32547-7

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre de l'Industrie, 2019

