

# Webinaire

## URPS MK Centre Val de Loire



→ **Mobilités actives,  
la santé en mouvement !**

Laura SCHULTZ,  
[lauraschultzm@gmail.com](mailto:lauraschultzm@gmail.com)  
Formatrice en Santé Durable

# Présentation

**Kinésithérapeute** (2011), cabinet libéral Angers

**Formatrice en Santé Durable (IUT, IFMK et MSP)**

- D.U. Santé Planétaire - mémoire sur les pratiques de mobilité de nos patients et les freins et leviers au passage à une mobilité active

**Liens d'intérêts :**

- Membre des associations Les Ecosoignant.e.s et l'Alliance Santé Planétaire
- Membre du comité scientifique "Santé & Mobilités actives" de la FUB (Fédération des Usagers de la Bicyclette)
- Collaboration avec plusieurs URPS (Bretagne, Pays de la Loire et Centre Val de Loire)

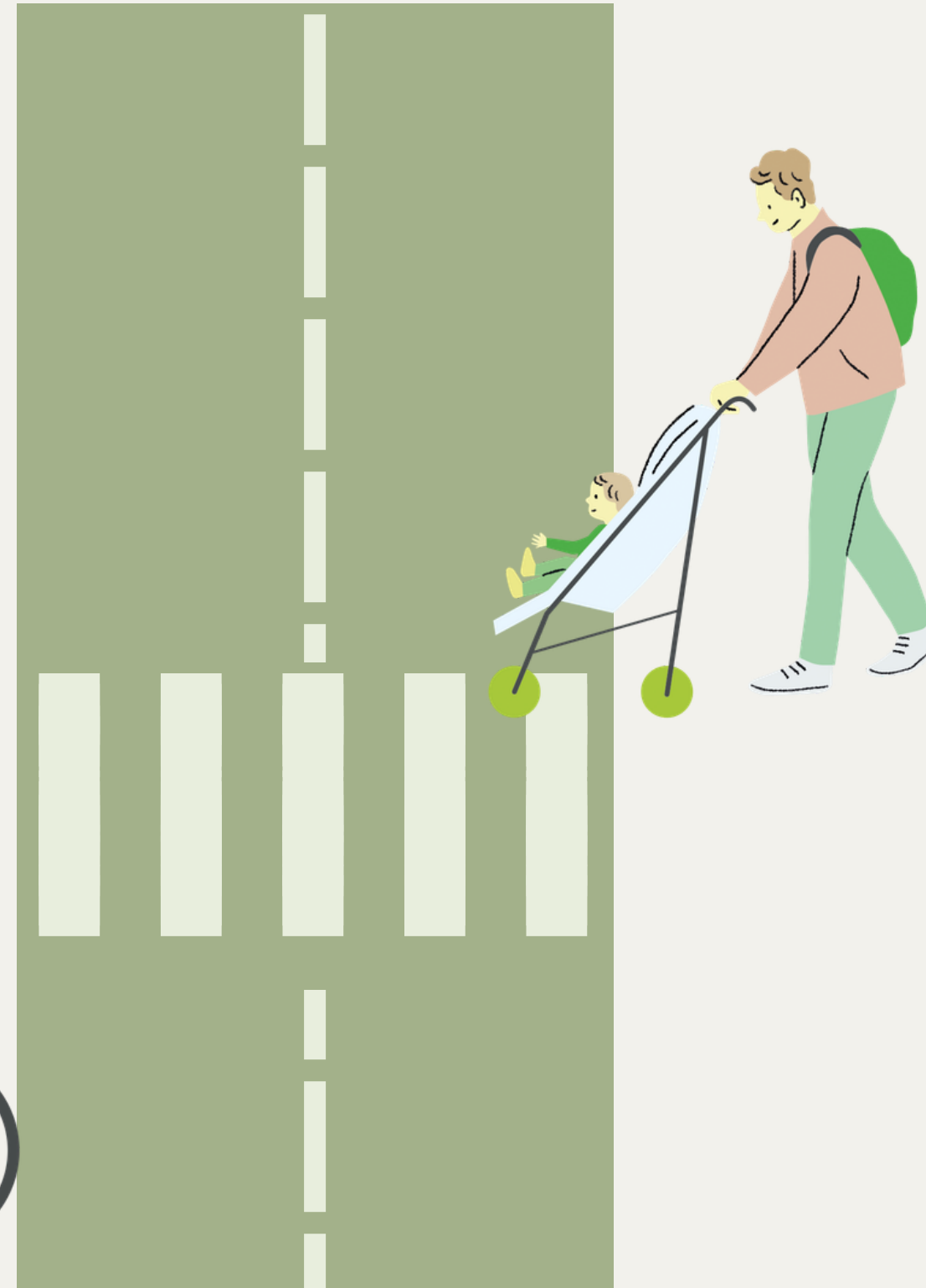
# Sommaire

## Mobilités actives & santé :

1. Soignant ou patient, les **multiples enjeux** des mobilités actives
2. **Mobilités des patients** pour rejoindre leur lieu de soin
  - a. Enquête en France
  - b. Zoom sur Châteauroux
3. Comment **rendre possibles et désirables** les mobilités actives, autour de son cabinet ?

# Soignant / patient :

→ LES MULTIPLES ENJEUX DES  
MOBILITÉS ACTIVES



# Soignant ou patient, les multiples enjeux des mobilités actives

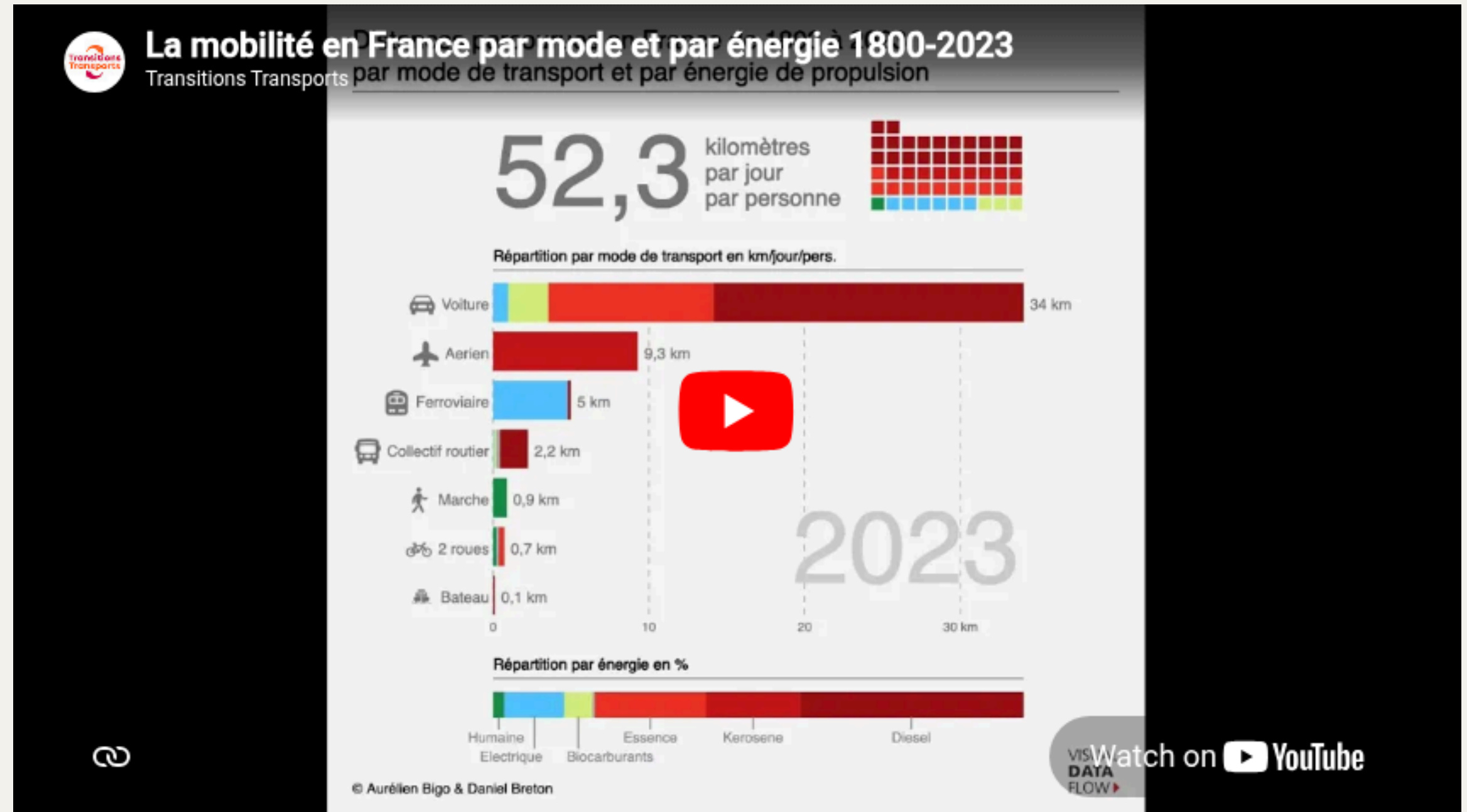
**Mobilités actives = tous moyens de transport qui utilise l'énergie humaine pour se propulser**

- Marche
- Vélo
- VAE
- Autres : trottinette, rollers, skate board...



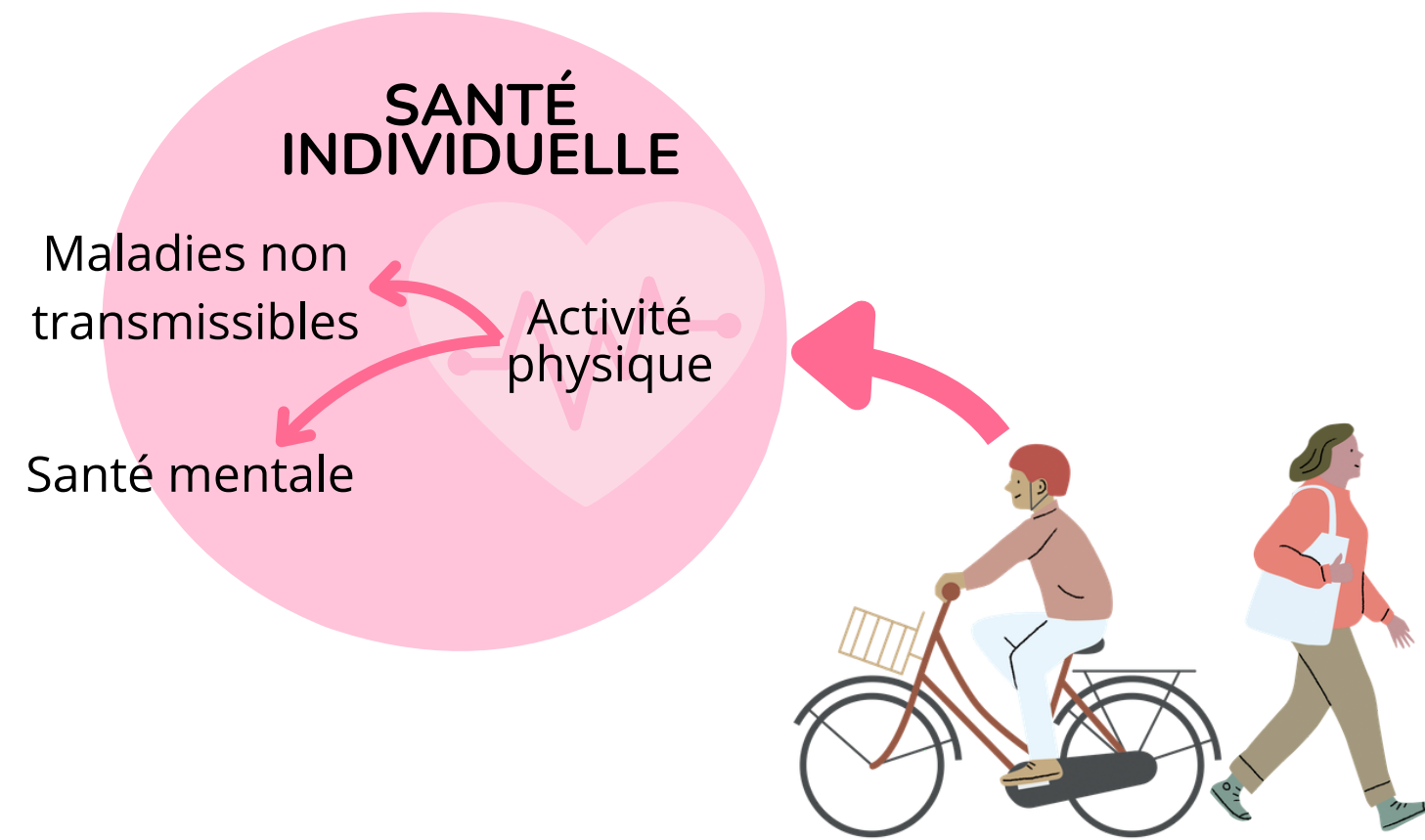
# Soignant ou patient, les multiples enjeux des mobilités actives

- En 1900 : 5 km/j, dont 3,2 km/j en MA
- 1960 : 13 km/j, dont 2,5 km/j en MA
- En 2023 : 52 km/j, < 1km/j en MA



# Cobénéfices

**Tous les avantages qui découlent d'une seule action**

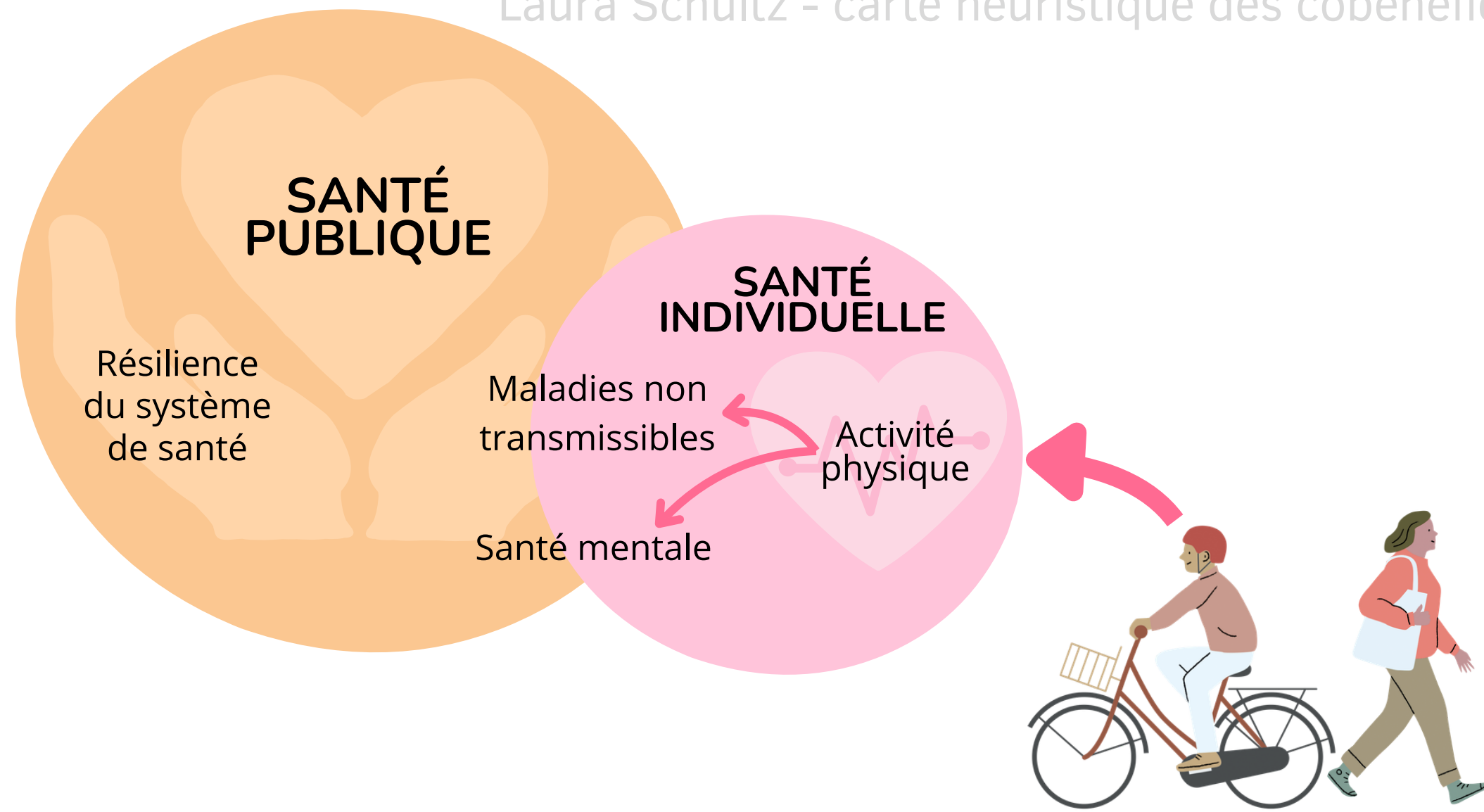


### **Améliorer la santé :**

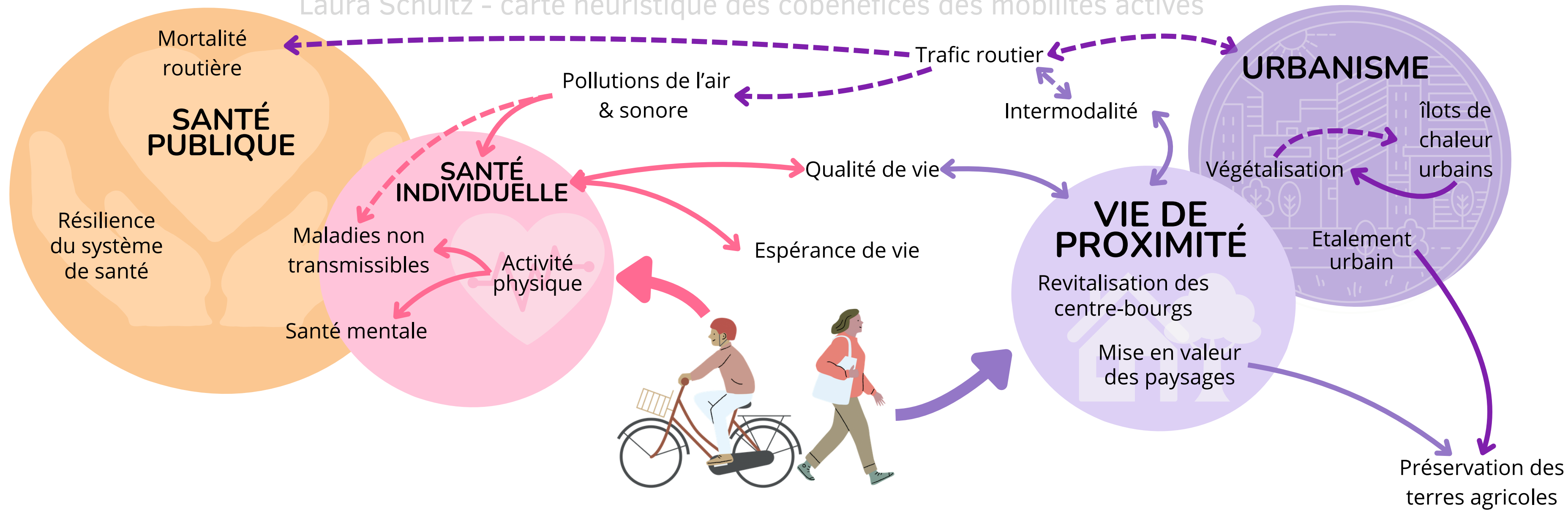
**Un Français marche en moyenne 12'/j pour se déplacer (env. 800m)  
86% des décès en Europe liés aux maladies non transmissibles,  
fortement liées à la sédentarité**

Morris & al. (1953) CORONARY HEART-DISEASE AND PHYSICAL ACTIVITY OF WORK - - The Lancet

Données récentes à l'appui de la pratique de la marche et du vélo et des politiques en la matière. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2022

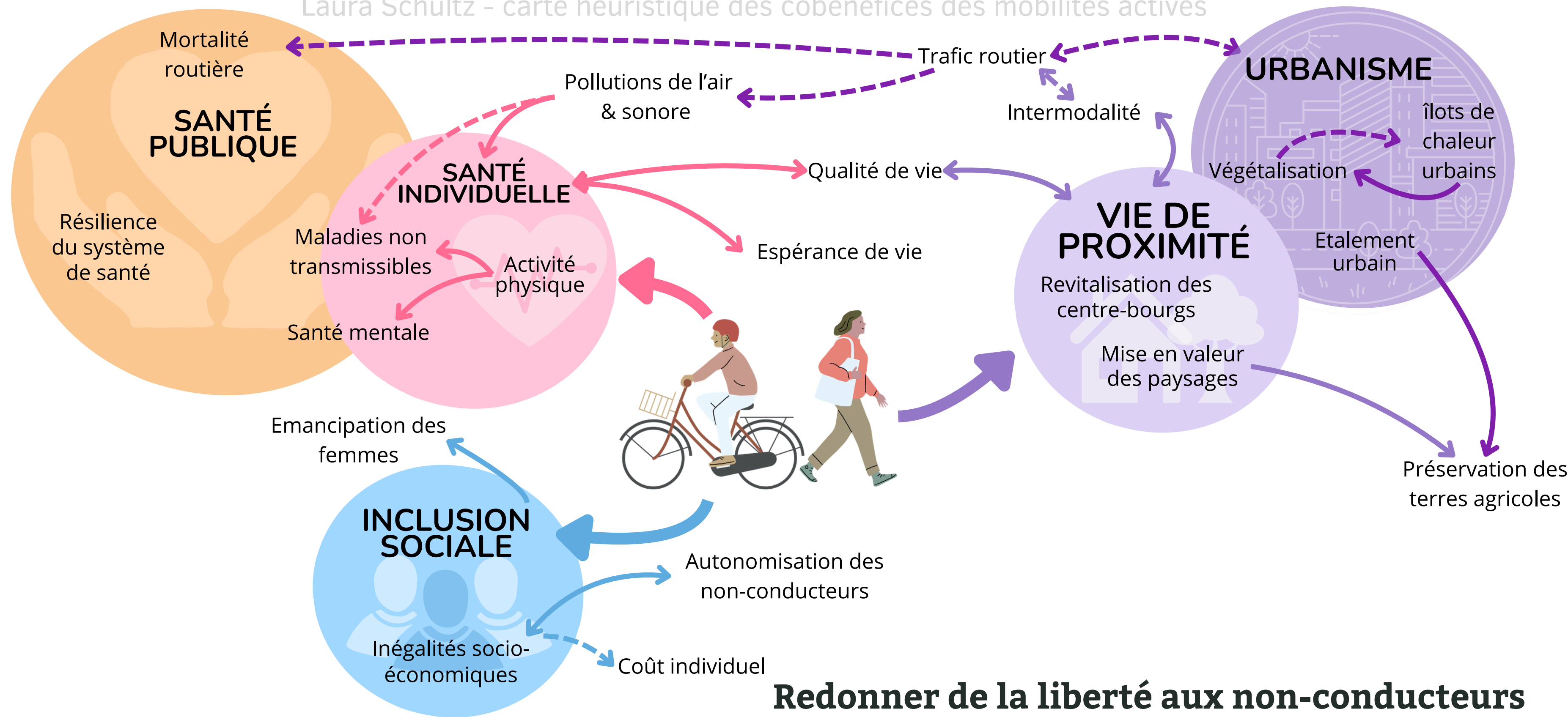


**Economiser de l'argent public :**  
**1 km parcouru à vélo = 1€ de coûts sociaux de santé évités**

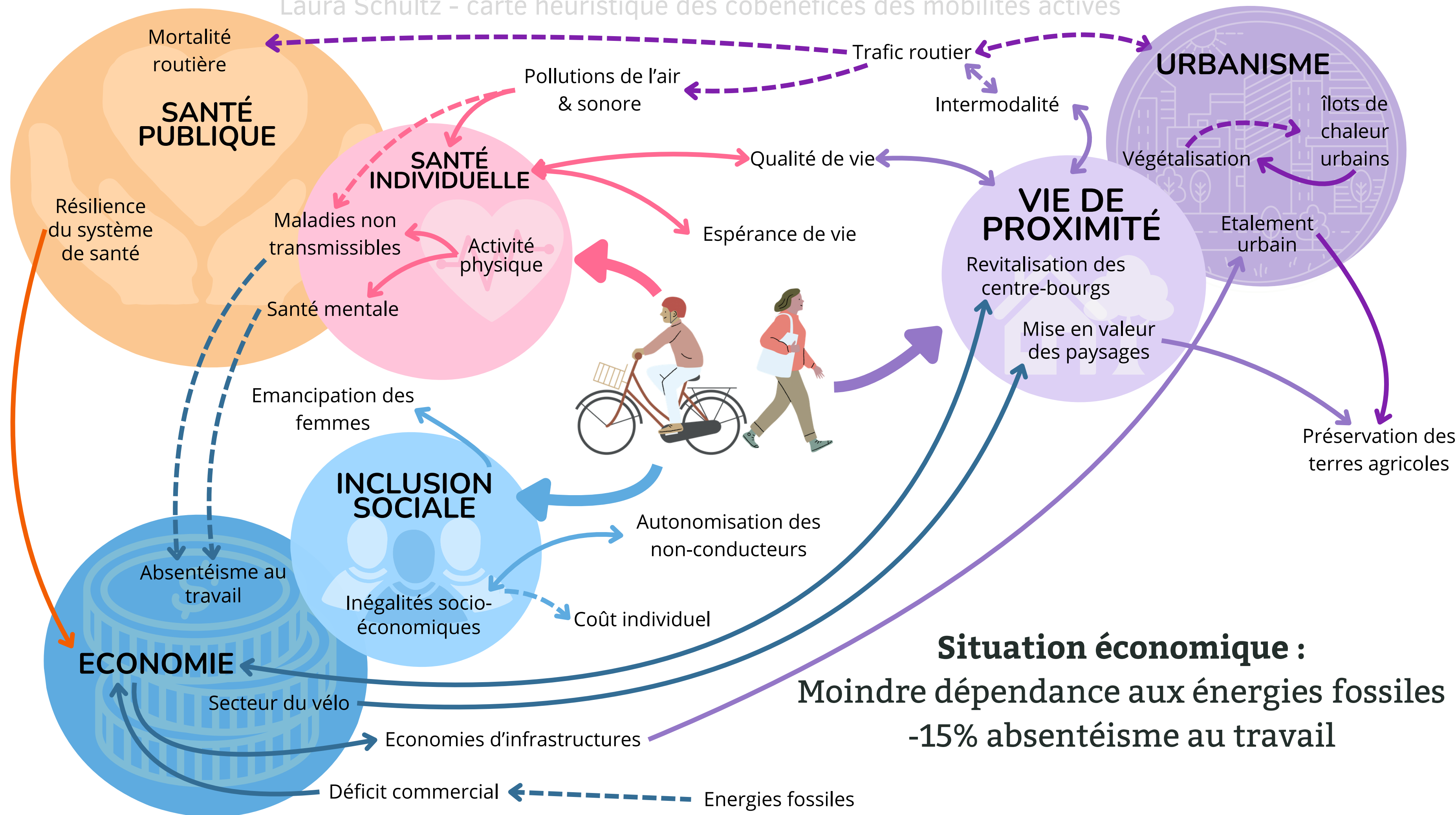


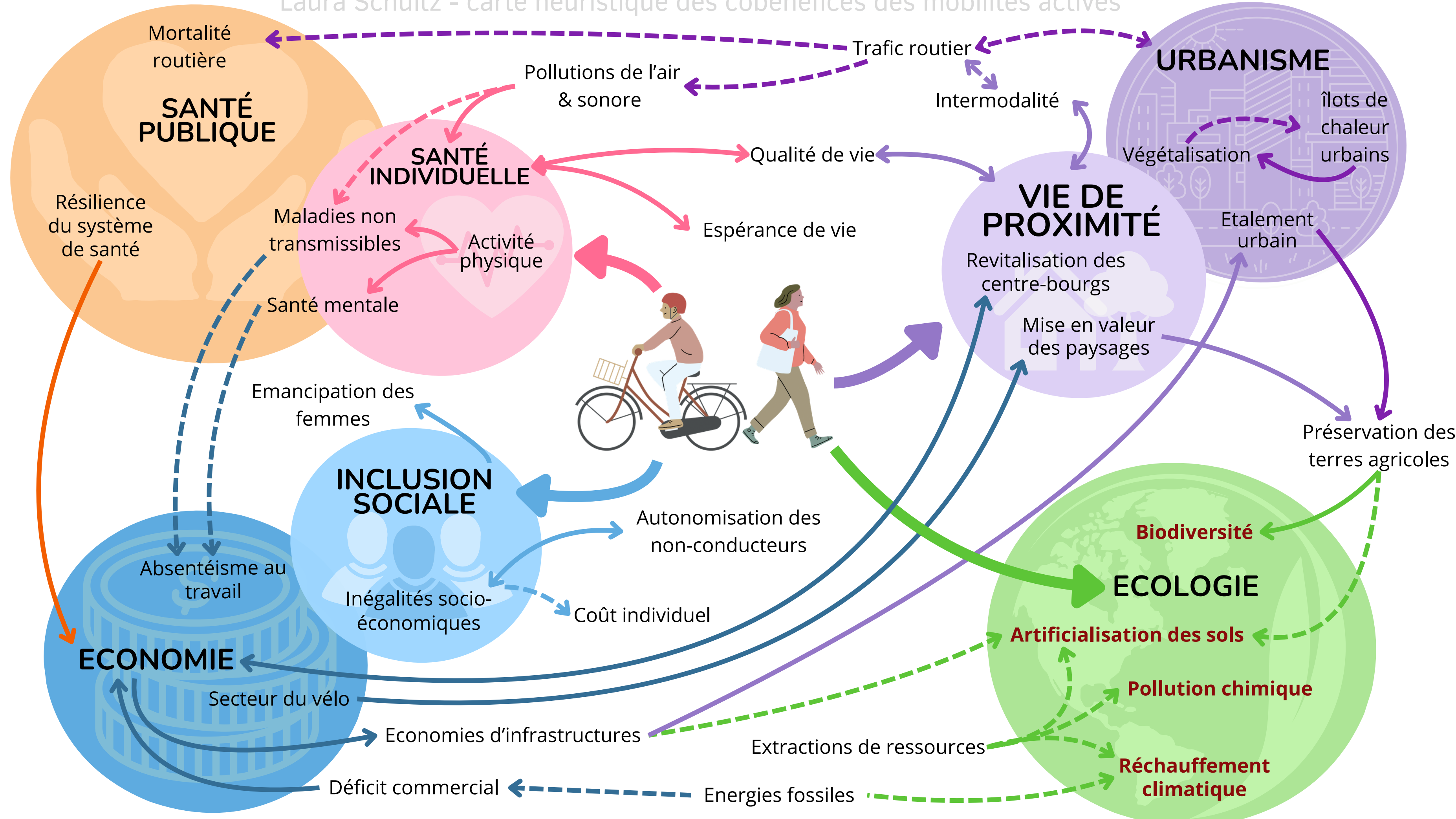
## Améliorer la qualité de l'expérience urbaine :

Réduction de la pollution sonore,  
Amélioration de la qualité de l'air,  
sécurité, attractivité du quartier



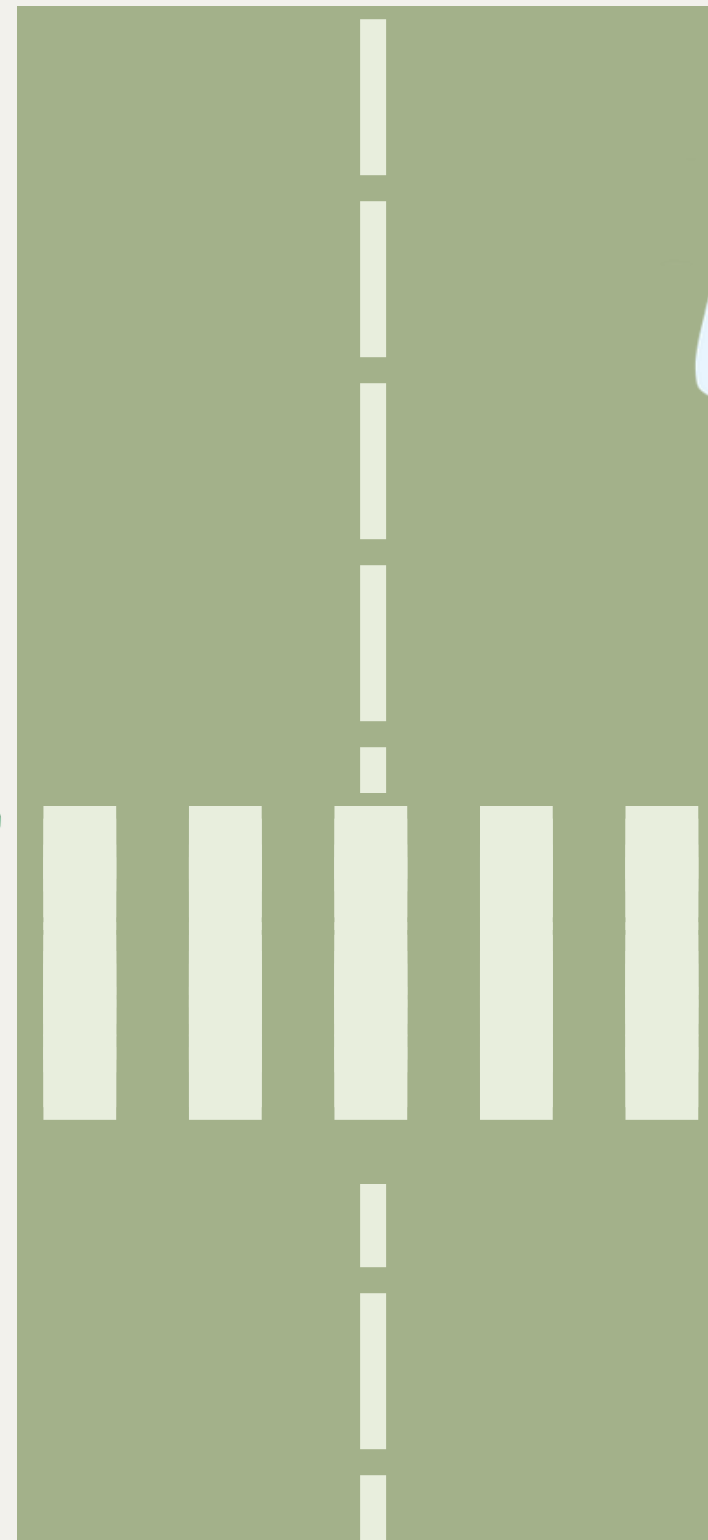
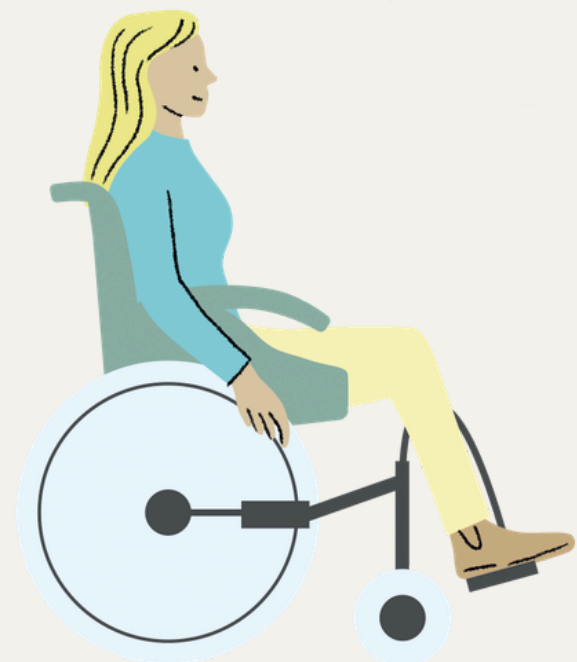
**Redonner de la liberté aux non-conducteurs**  
1/3 des Français ne conduisent pas  
1er déplacement autonome à 11,6 ans





# Mobilités des patients

→ VERS NOS LIEUX DE SOINS



# 2 enquêtes, 1 protocole :

## En 2024/25 :

- Mémoire de D.U. Santé Planétaire
- Croisement de données entre :
  - Des entretiens avec 30 kinésithérapeutes dans toute la France sur leurs pratiques et l'accessibilité de leurs cabinets
  - 1000 données de mobilités patients
  - Des entretiens avec des élu.e.s et des représentants d'Institutions de Santé



# 2 enquêtes, un protocole similaire :

## En 2026 :

- Dans le cadre d'un Contrat Local en Santé, à **Châteauroux**
- Recueil des mobilités :
  - Des salariés du GHT Châteauroux - Le Blanc
  - Des patients des soignants libéraux
  - Des séniors en résidence autonomie
  - Des patients en HDJ en psychiatrie

→ Plus de 1600 réponses sur l'agglomération



# Bilans des mobilités des patients

## Protocole



### Etapes des bilans de mobilité de patientèle :

- Entretien téléphonique
- 1 semaine de diffusion du questionnaire - guidé par le soignant, auprès de tous ses patients (minimum 30)
- Analyse
- Propositions adaptées au cabinet

# Bilans des mobilités des patients

## Objectifs



### 1. Patients :

- Connaître les modes de transport & les distances parcourues
- Identifier les patients qui pourraient bénéficier des mobilités actives
- Evaluer les freins et les leviers pour favoriser un changement de mobilité

# Bilans des mobilités des patients

## Objectifs



### 1. Patients :

- Connaître les modes de transport & les distances parcourues
- Identifier les patients qui pourraient bénéficier des mobilités actives
- Evaluer les freins et les leviers pour favoriser un changement de mobilité

### 2. Soignants :

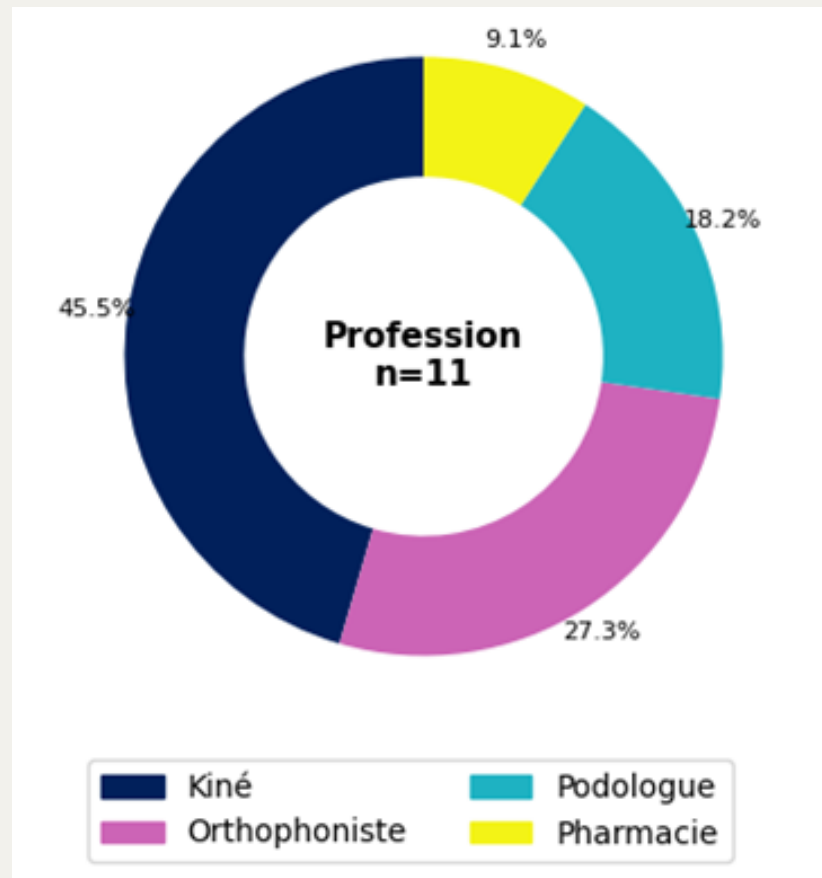
- Rendre visibles et concrets les déplacements de nos patients
- Les intégrer à nos **pratiques de soins** & à notre démarche de **prévention**

# Mobilités des patients du territoire

## Echantillon soignants

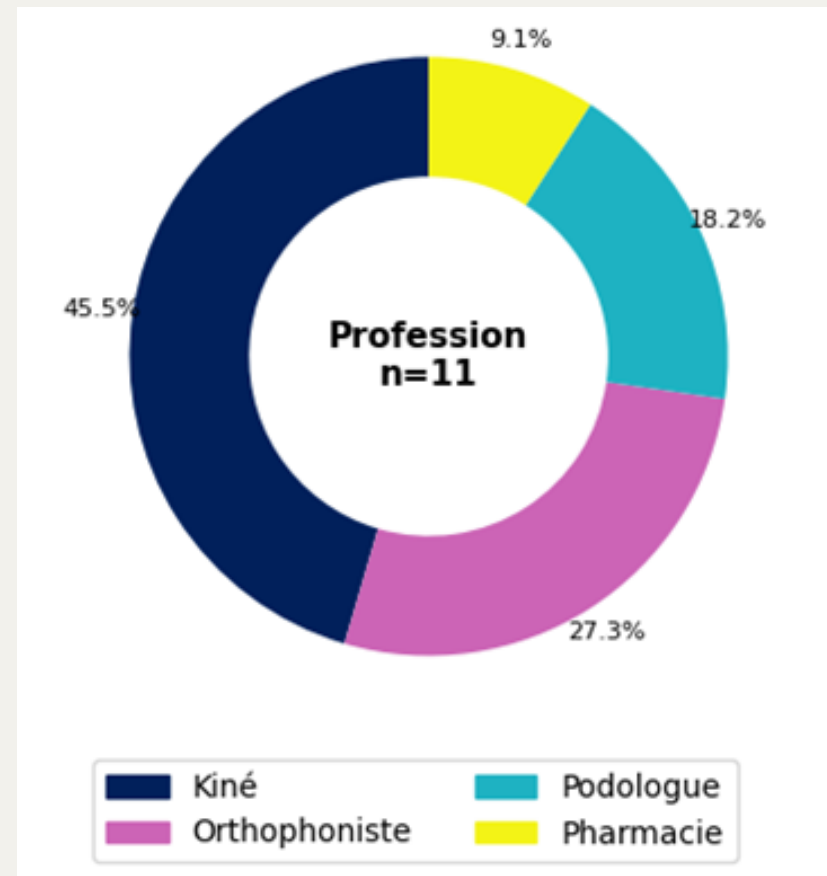


- 11 cabinets de santé
  - Kinésithérapeutes
  - Podologues
  - Orthophonistes
  - Pharmacie

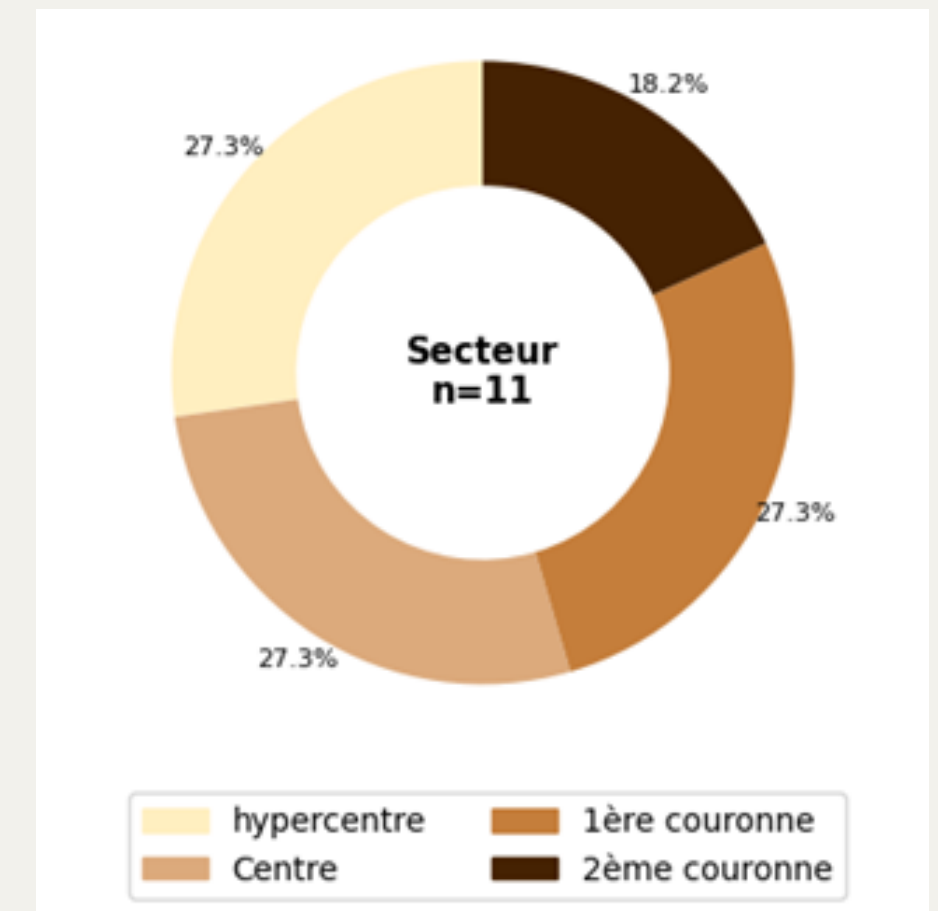


# Mobilités des patients du territoire

## Echantillon soignants



- 11 cabinets de santé
  - Kinésithérapeutes
  - Podologues
  - Orthophonistes
  - Pharmacie
- 4 secteurs définis
  - Centre-ville de Châteauroux
  - Châteauroux hors centre-ville
  - 1ère couronne : Saint Maure, Le Poinçonnet & Déols
  - 2ème couronne : 2 lieux sur la commune d'Ardenes

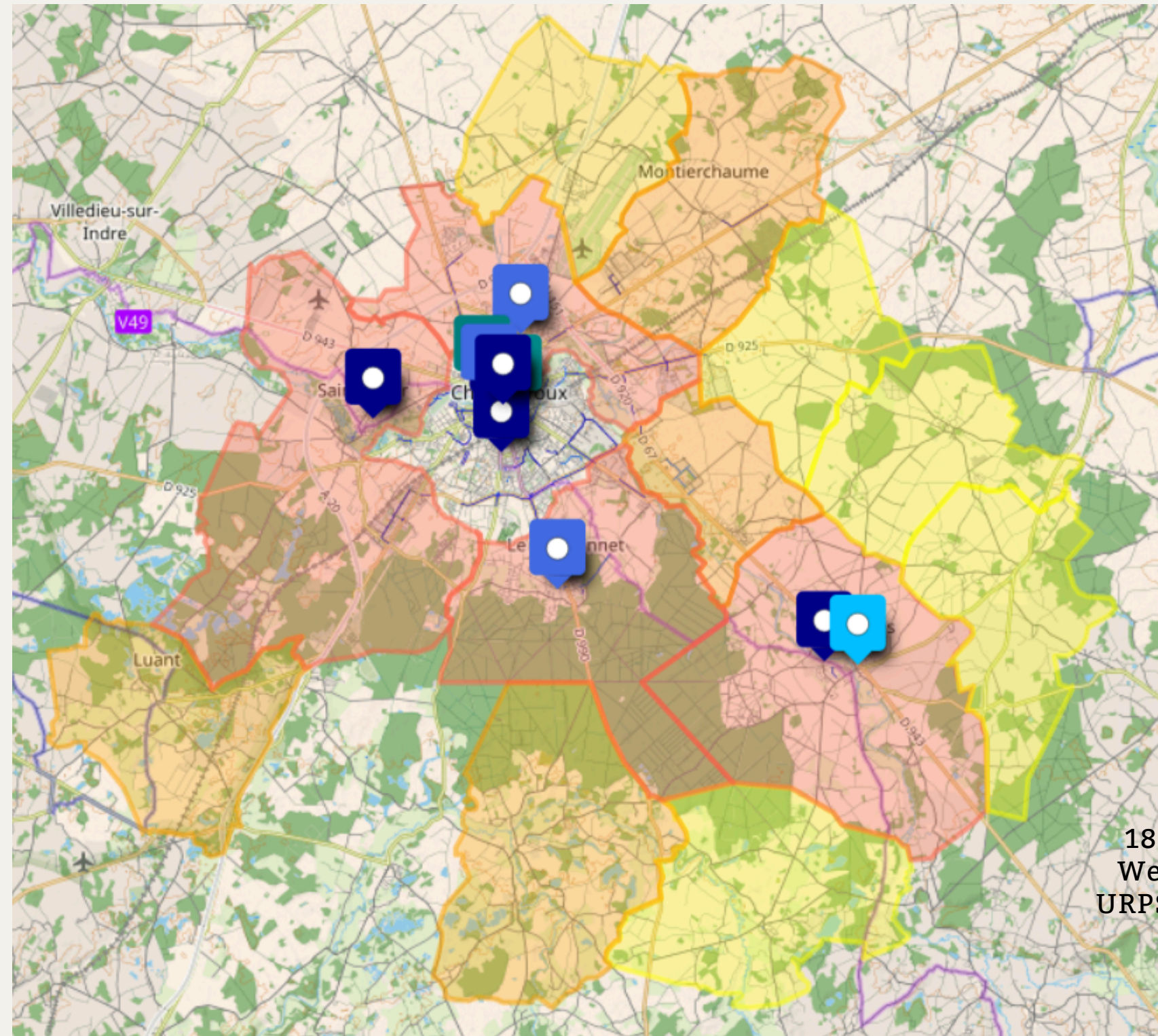


# Mobilités des patients du territoire

## Accessibilité du cabinet



- Des cabinets perçus comme “accessibles” sur Châteauroux :
  - 7,5/10 piétonne (6 - 10)
  - 6/10 cyclable (4 - 8)

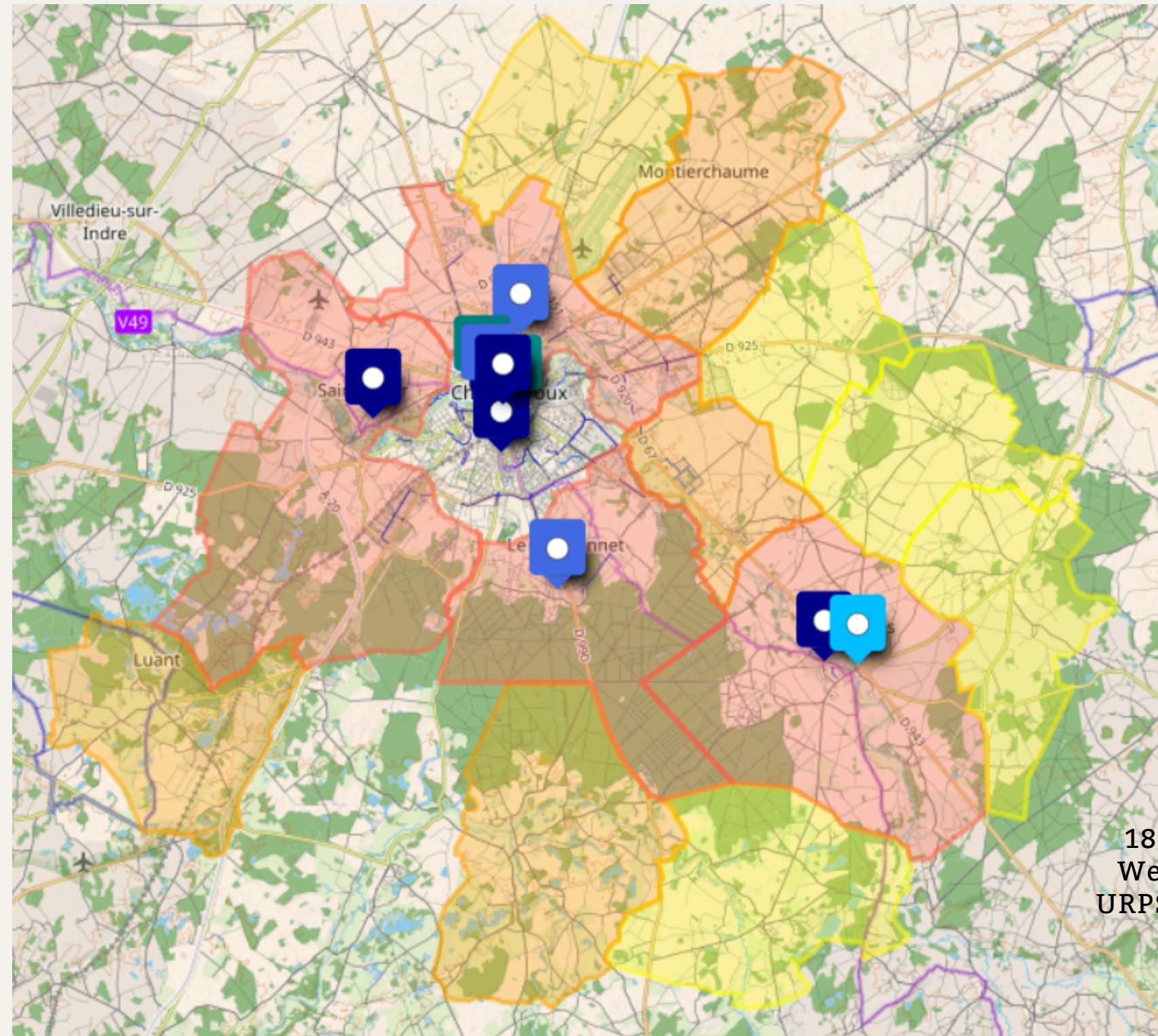


# Mobilités des patients du territoire

## Accessibilité du cabinet



- Des cabinets perçus comme “accessibles” sur Châteauroux :
  - 7,5/10 piétonne (6 - 10)
  - 6/10 cyclable (4 - 8)
- Légèrement plus accessible que pour le corpus MK mémoire:
  - 7,1/10 piétonne (2 - 10)
  - 5,7/10 cyclable (2 - 10)



# Mobilités des patients du territoire

## Accessibilité du cabinet



- Des cabinets perçus comme “accessibles” sur Châteauroux :
  - 7,5/10 piétonne (6 - 10)
  - 6/10 cyclable (4 - 8)



**Accessibilité urbaine**

>

**Accessibilité rurale**

- Légèrement plus accessible que pour le corpus MK mémoire:
  - 7,1/10 piétonne (2 - 10)
  - 5,7/10 cyclable (2 - 10)

# Mobilités des patients du territoire

## Accessibilité du cabinet



- Des cabinets perçus comme “accessibles” sur Châteauroux :
  - 7,5/10 piétonne (6 - 10)
  - 6/10 cyclable (4 - 8)



**Accessibilité urbaine**

>

**Accessibilité rurale**

- Légèrement plus accessible que pour le corpus MK mémoire:
  - 7,1/10 piétonne (2 - 10)
  - 5,7/10 cyclable (2 - 10)



**Accessibilité piétonne**

>

**Accessibilité cyclable**

# Mobilités des patients du territoire

## Parking à vélo

→ Moins de la moitié des kinésithérapeutes a un parking à vélo en façade du cabinet (40% Chtx vs 47% mémoire)



# Mobilités des patients du territoire

## Parking à vélo

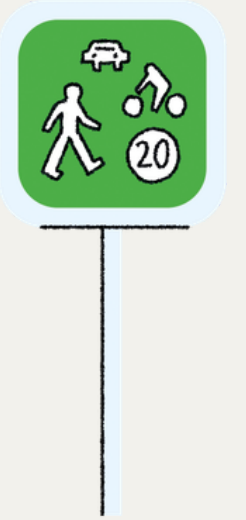


Moins de la moitié des kinésithérapeutes a un parking à vélo en façade du cabinet  
(40% Chtx vs 47% mémoire)

→ La **part de patients cyclistes est corrélée à la présence d'un parking à vélo :**  
3,4 % vs 8,3%

# Mobilités des patients du territoire

## Distances parcourues



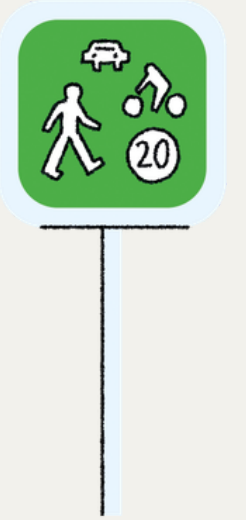
494 patients interrogés



Combien de kilomètres cumulés ?

# Mobilités des patients du territoire

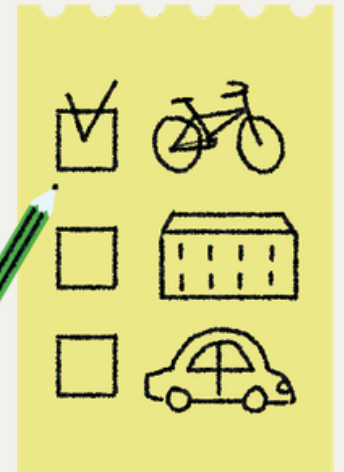
## Distances parcourues



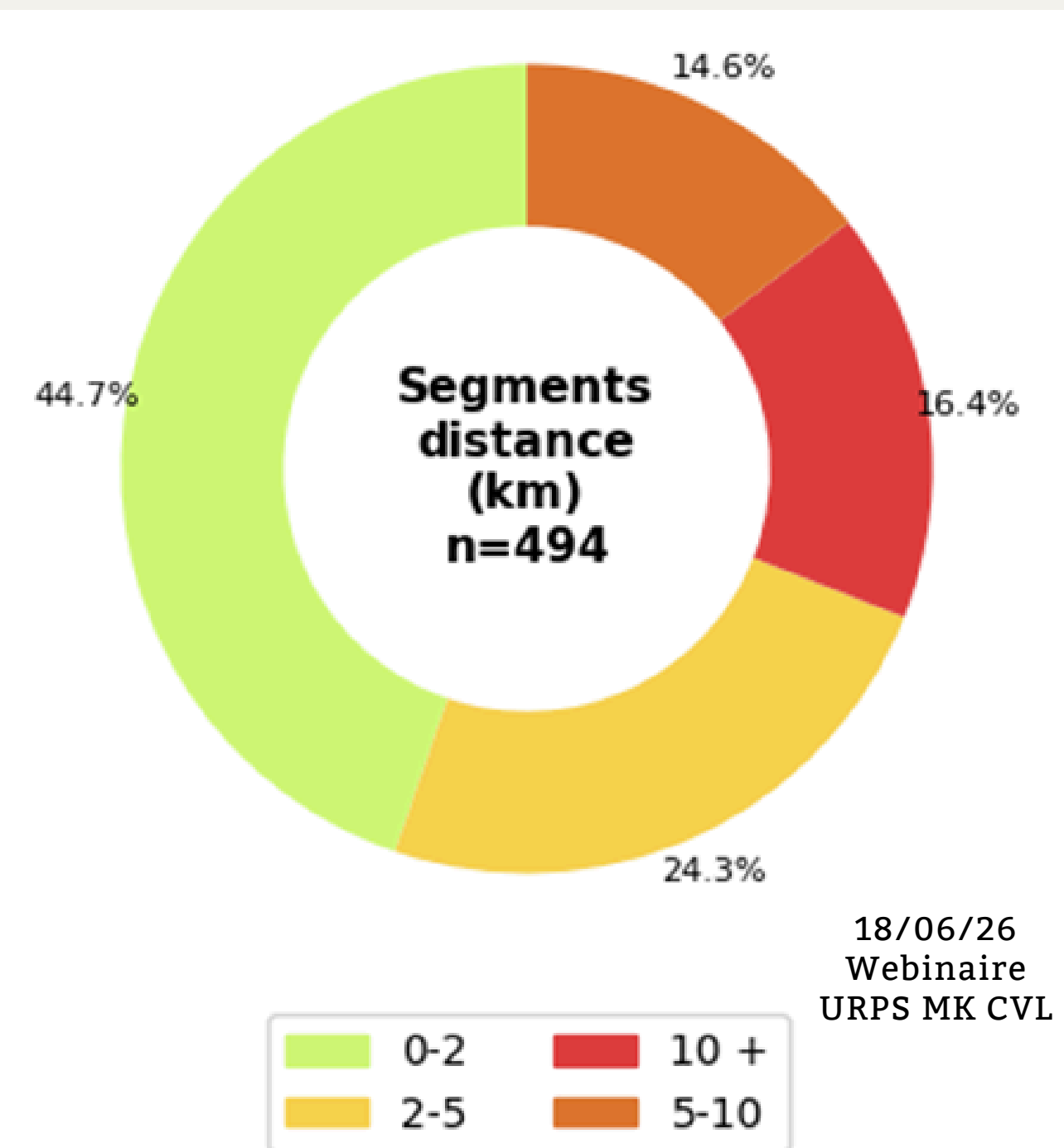
→ **6 x la traversée de la France (Nord - Sud) = 6340 km**

# Mobilités des patients du territoire

## Distances parcourues



- Distances réparties par segments pour identifier les profils de patients :
  - 0 - 2km : compatible avec la marche
  - 2 - 5 km : compatible avec le vélo
  - 5 - 10 km : compatible avec VAE
  - + 10 km : pas d'alternative en MA



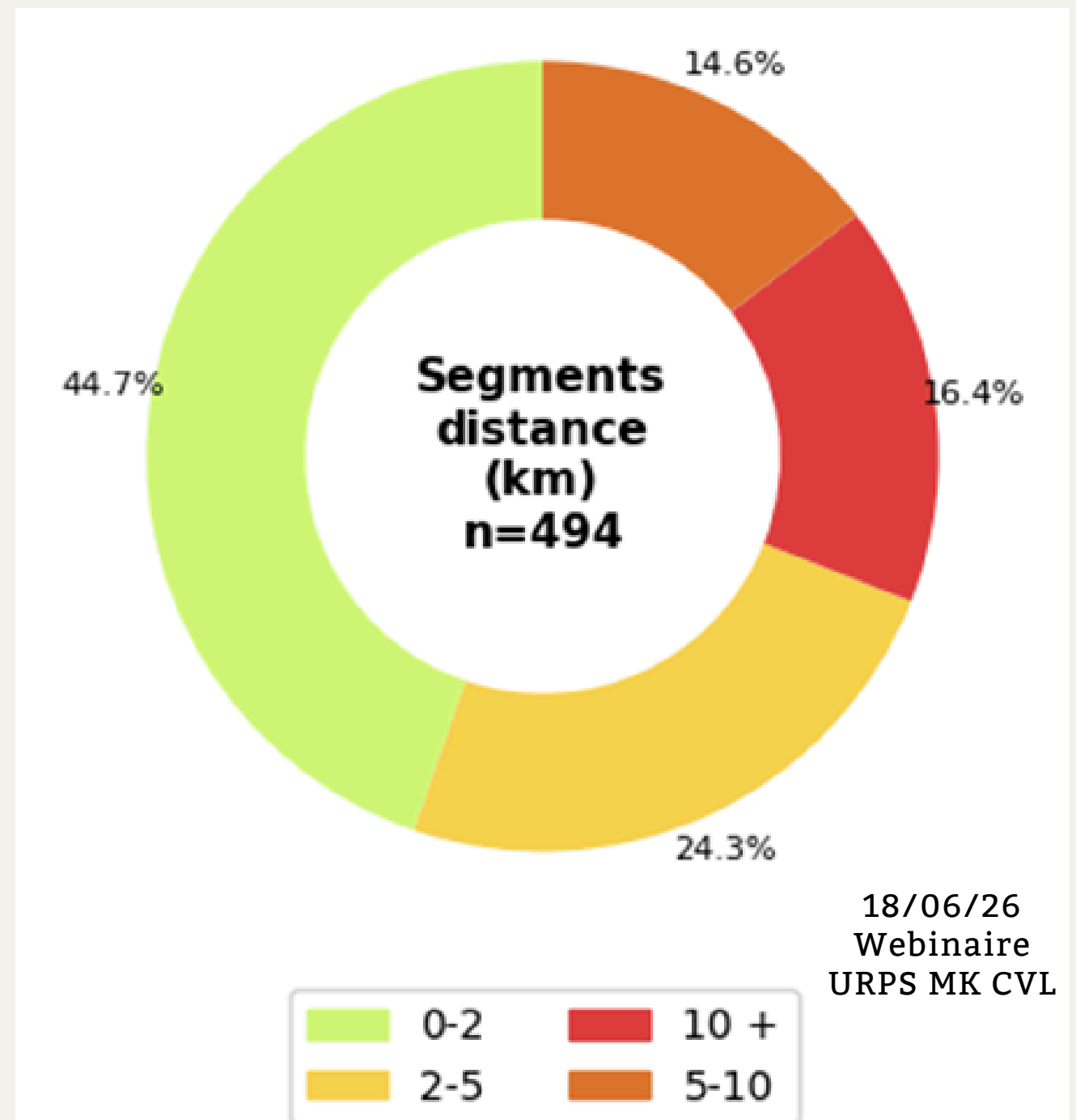
# Mobilités des patients du territoire

## Distances parcourues



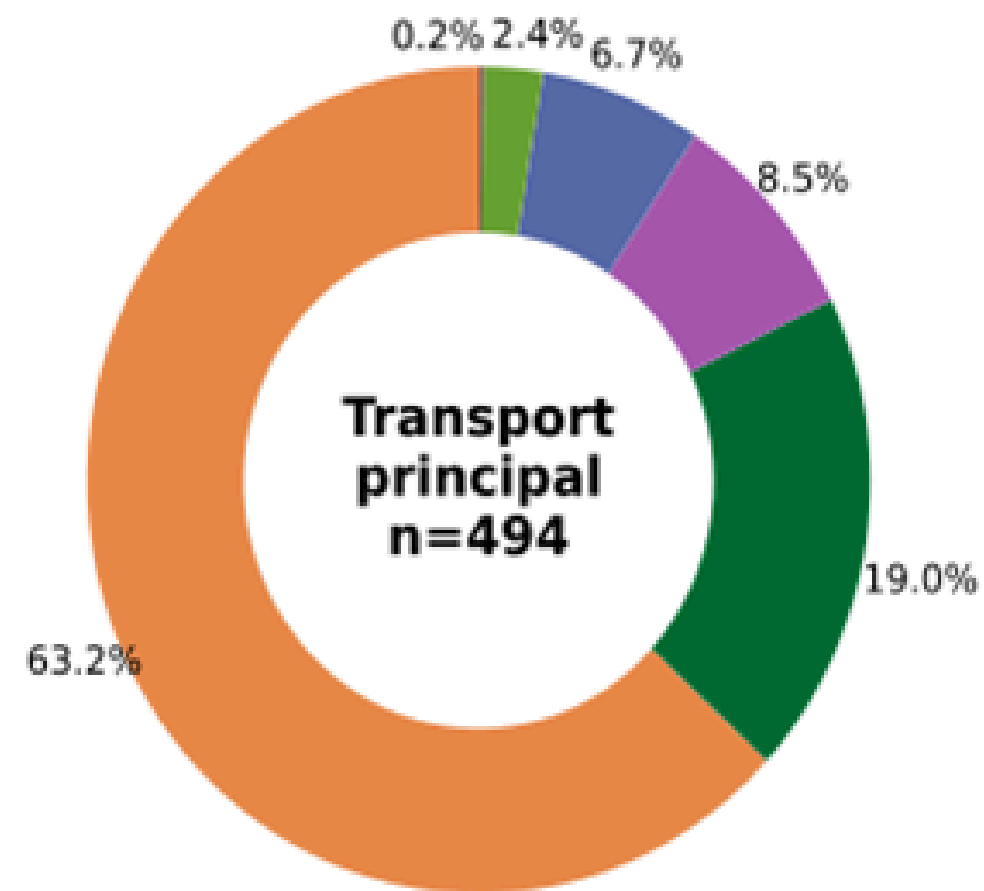
- Distances réparties par segments pour identifier les profils de patients :
  - 0 - 2km : compatible avec la marche
  - 2 - 5 km : compatible avec le vélo
  - 5 - 10 km : compatible avec VAE
  - + 10 km : pas d'alternative en MA

→ **50 % des trajets font moins de 3 km**



# Mobilités des patients du territoire

## Modes de transport



Les patients de  
l'agglomération de  
Châteauroux se déplacent...  
comme tous les Français !

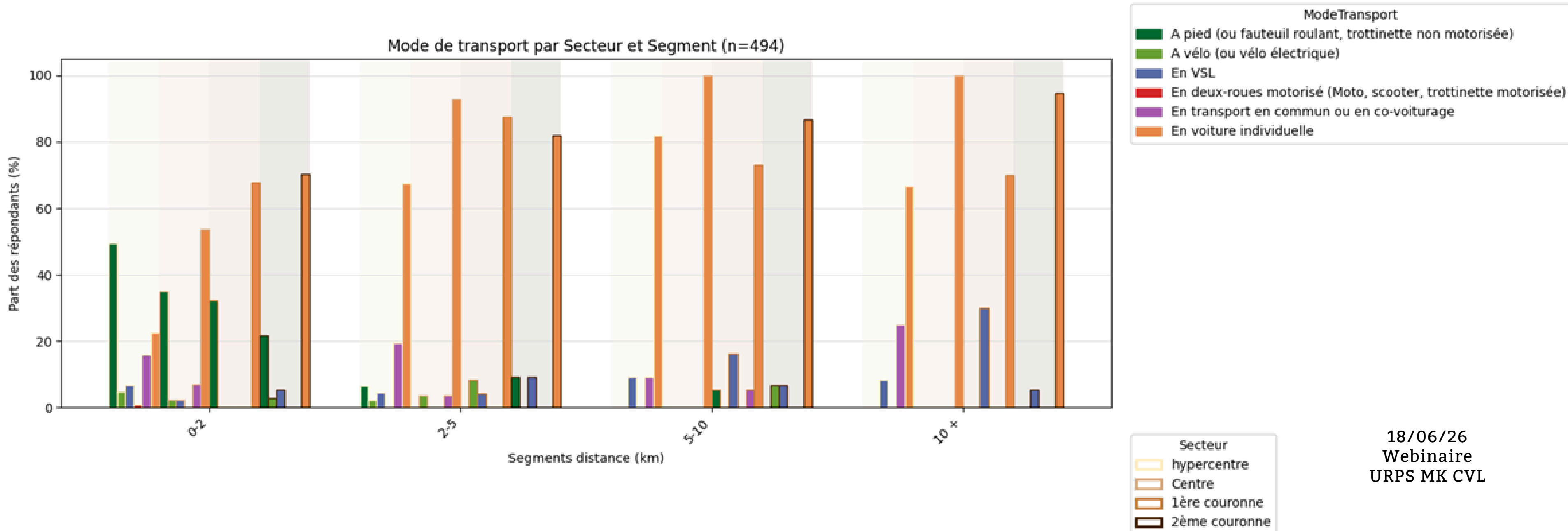


# Mobilités des patients du territoire

## Modes de transport



A distances équivalentes, les modes de transport sont plus actifs dans le centre-ville

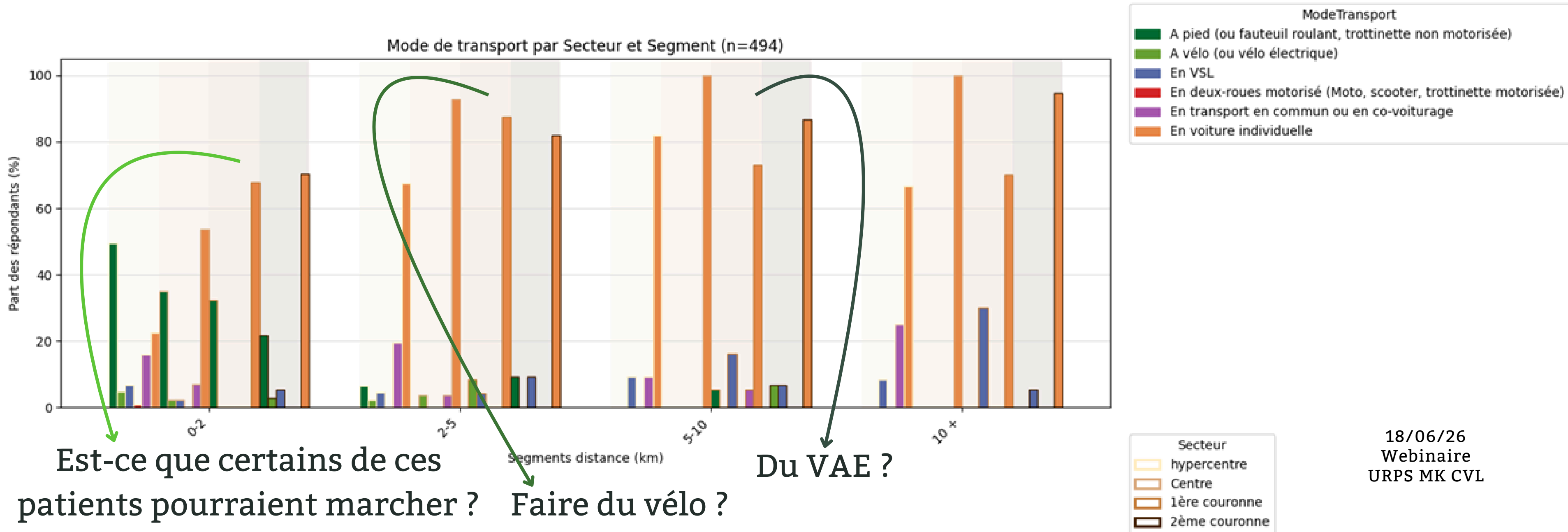


# Mobilités des patients du territoire

## Modes de transport

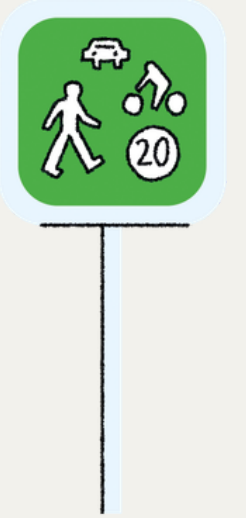


A distances équivalentes, les modes de transport sont plus actifs dans le centre-ville



# Mobilités des patients du territoire

## Distances parcourues

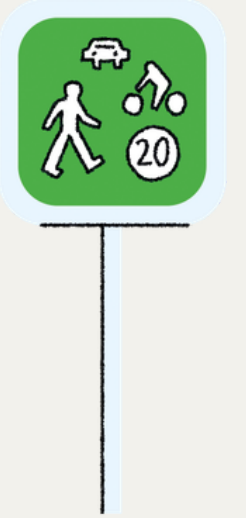


Quelle quantité de CO<sub>2</sub> ?

*10 km en voiture thermique = 2,2 kg eq CO<sub>2</sub>*

# Mobilités des patients du territoire

## Distances parcourues



→ 1 aller simple Paris - New York = 1T eq CO<sub>2</sub>



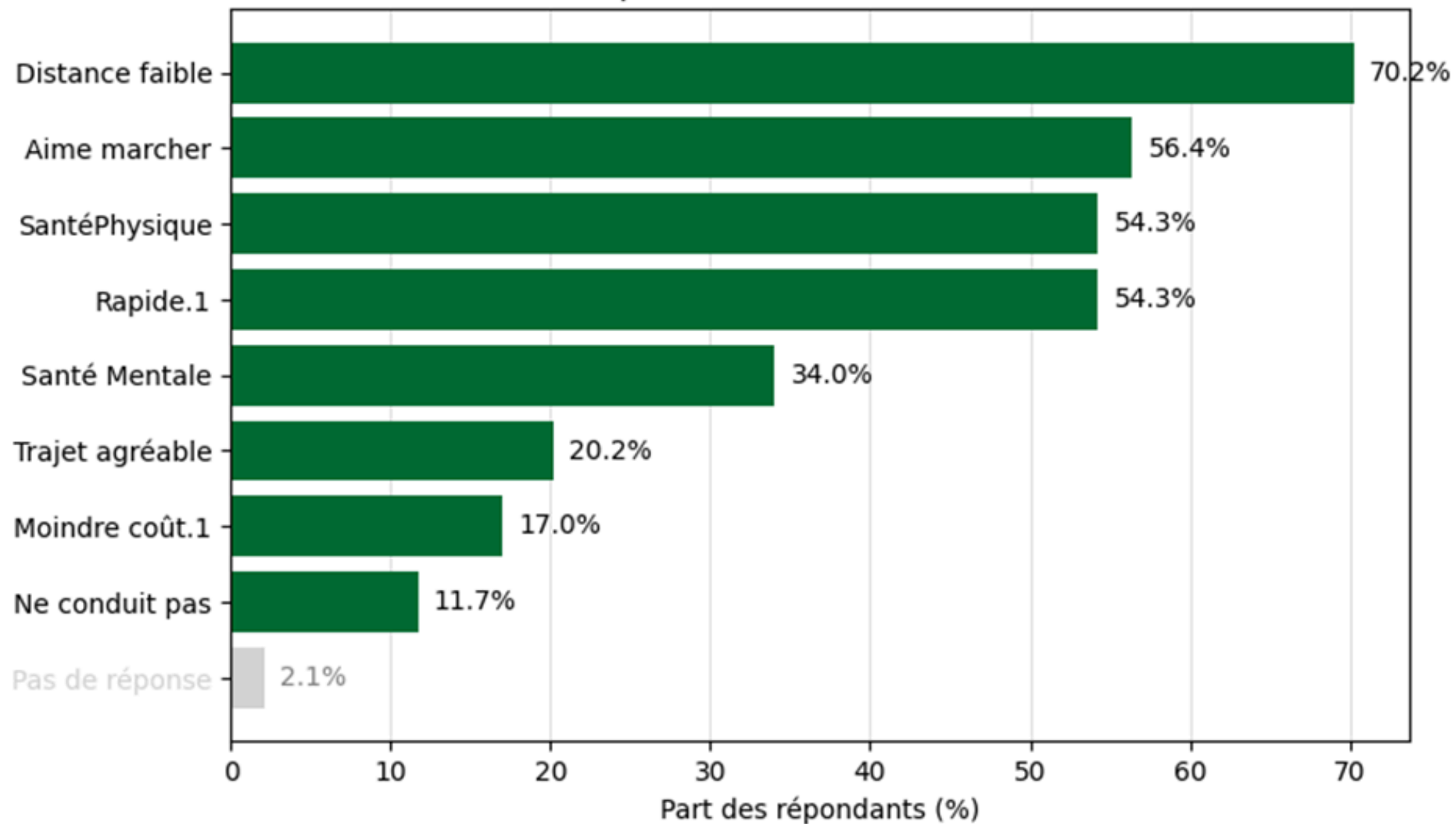
Dans nos activités de soins, **le transport des patients** est un poste majeur d'émissions de GES

# Mobilités des patients du territoire

## Pourquoi les piétons marchent ?



Motivations pour les marcheurs - Cabinets (n=94)



- Parce qu'ils estiment la **distance faible** (même sur le segment 5-10km)
- Parce qu'ils **aiment marcher !**

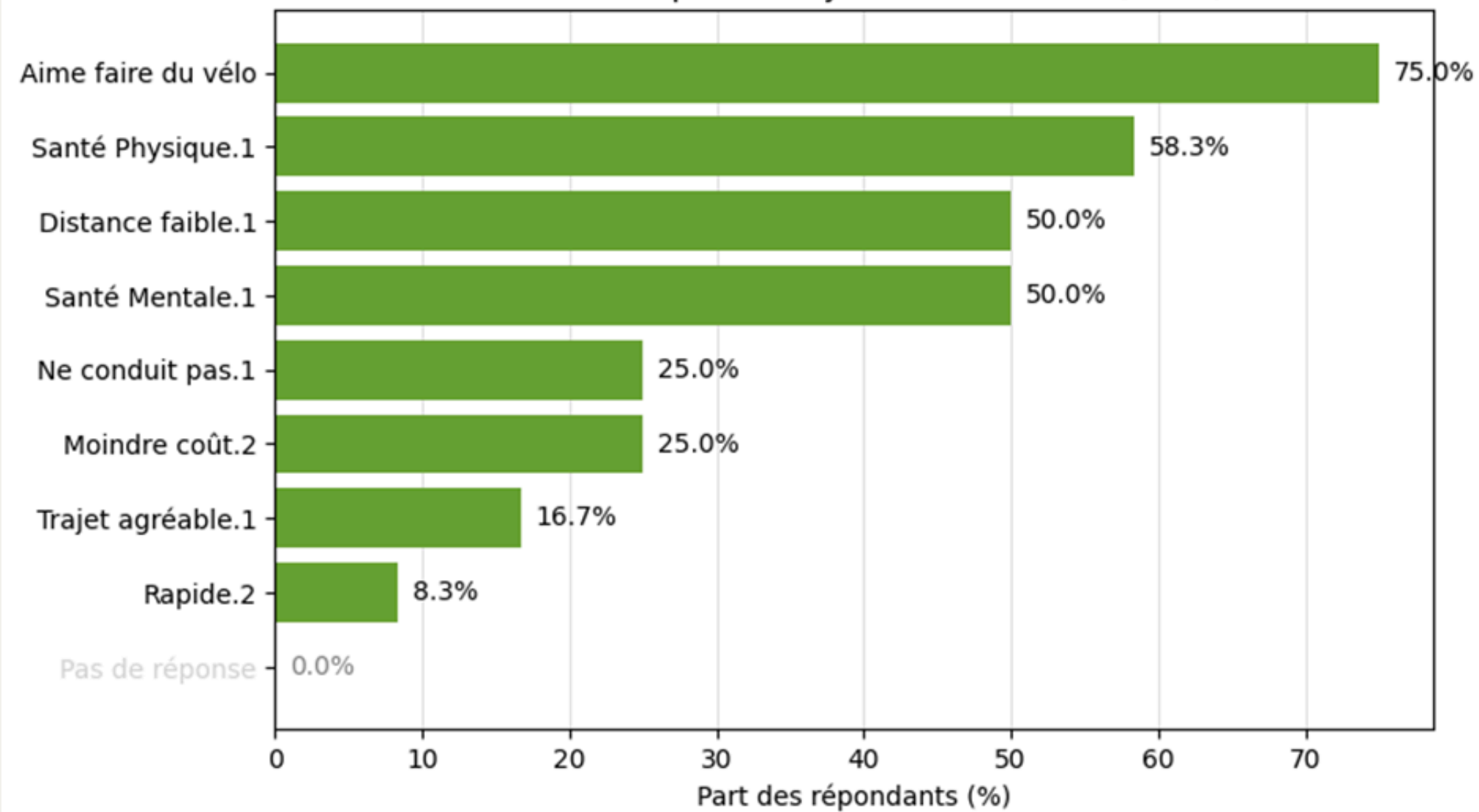
12% des piétons ne conduisent pas

# Mobilités des patients du territoire

## Pourquoi les cyclistes roulent ?



Motivations pour les cyclistes - Cabinets (n=12)



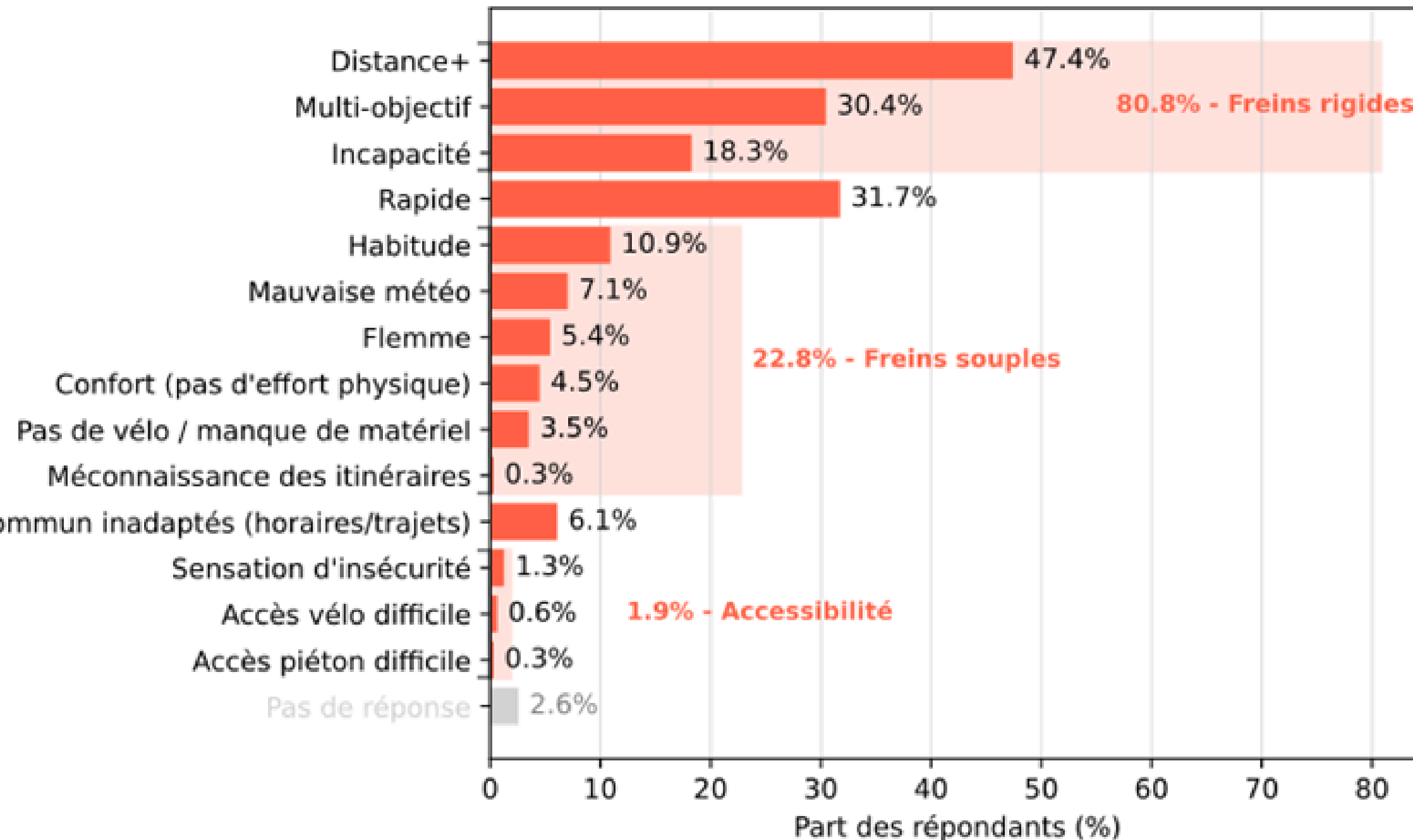
- Parce qu'ils **aiment faire du vélo**
- Ils en ressentent des **bienfaits pour la santé physique & mentale**

# Mobilités des patients du territoire

## Pourquoi les automobilistes roulent ?



Freins pour les véhiculés - Cabinets (n=312)



- **Par obligation personnelle :** 80% ont des freins rigides

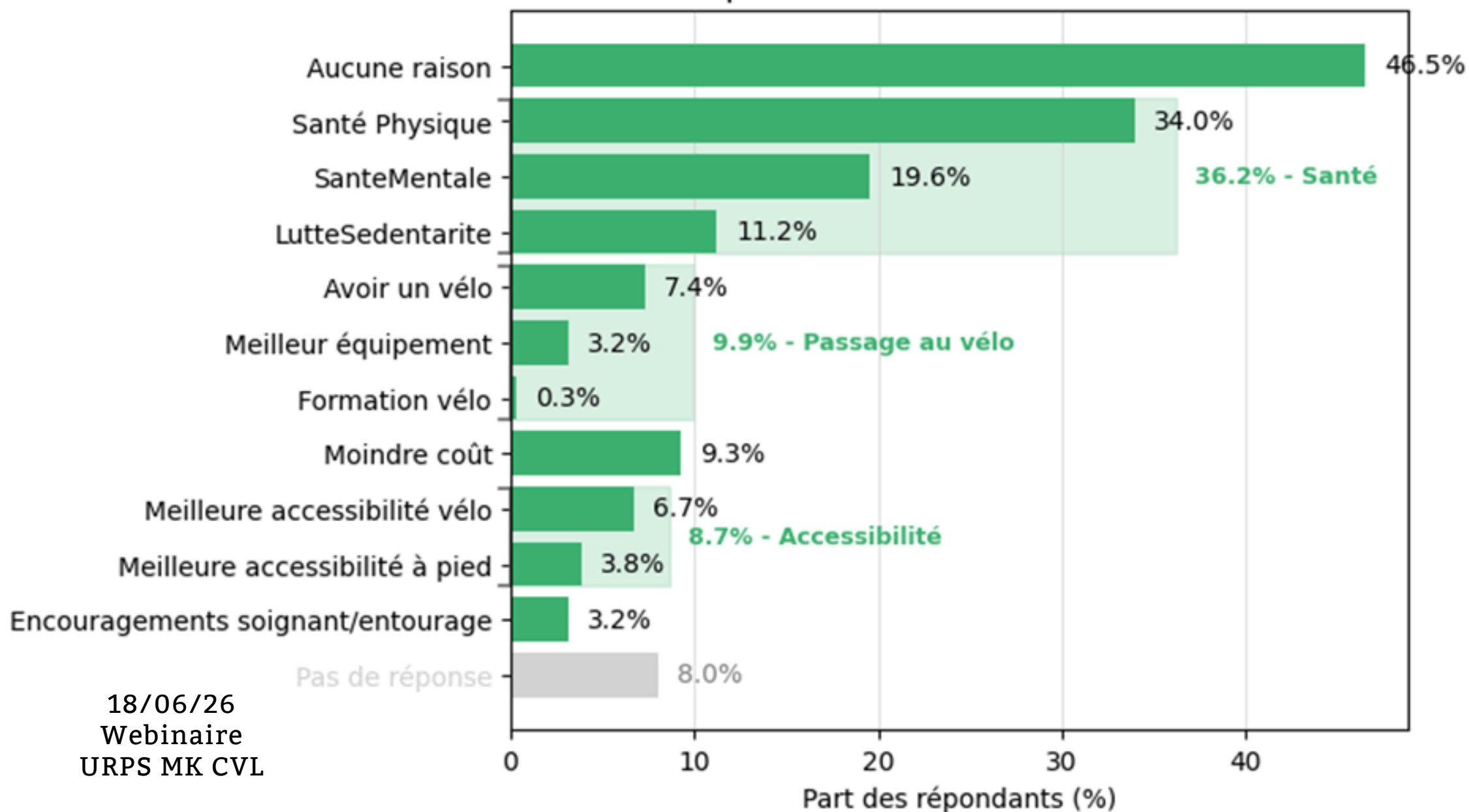
- **Par habitude :** 22% des patients ont un ou plusieurs freins qui pourraient être levés



# Mobilités des patients du territoire

## Qu'est-ce qui pourrait encourager certains automobilistes à changer ?

Leviers pour les véhiculés - Cabinets (n=312)



- 50% ne veut pas changer
- 1/3 sont intéressés par les bénéfices sur leur santé
- 10% pourrait envisager le vélo, à certaines conditions
- 9% si l'accessibilité s'améliore !

# Mobilités des patients du territoire

## En conclusion



- Le transport des patients est un **poste d'émissions de GES important**
- La moitié des patients de l'agglomération de Châteauroux fait **moins de 3 km** pour venir en consultation
- Nos patients se **déplacent principalement en voiture**, la marche est le 2ème mode de transport utilisé, par 1 patient /5

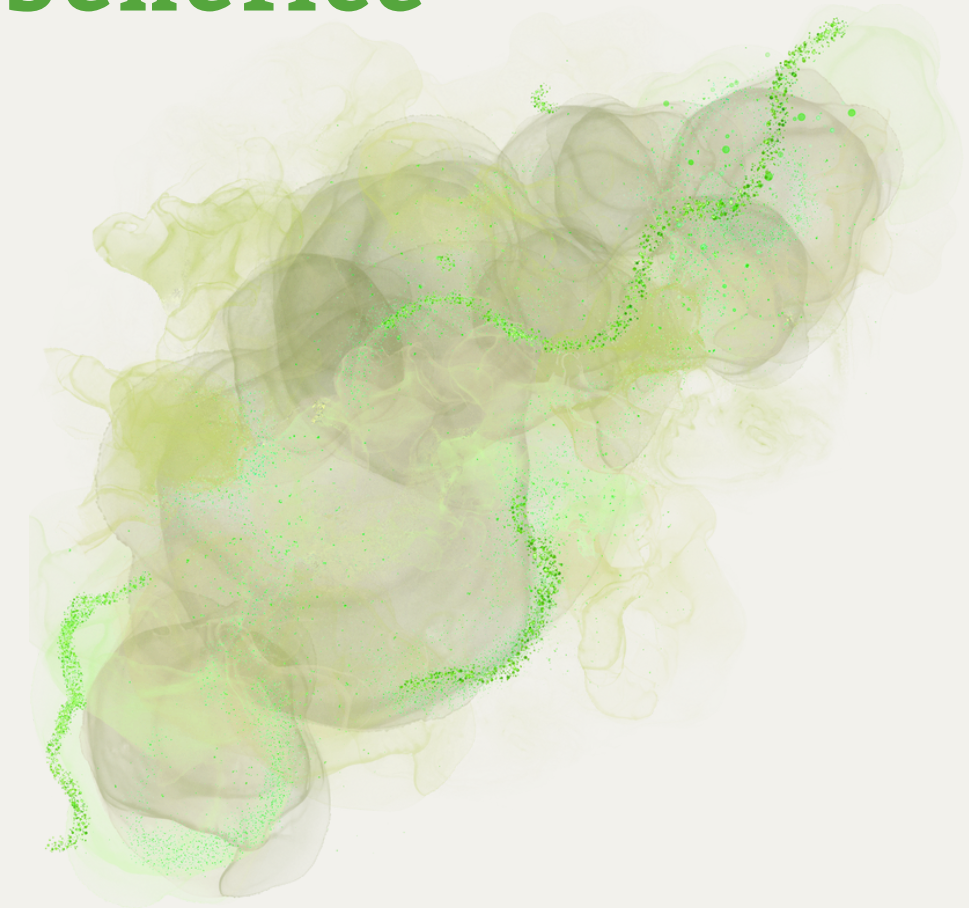
# Mobilités des patients du territoire

## En conclusion

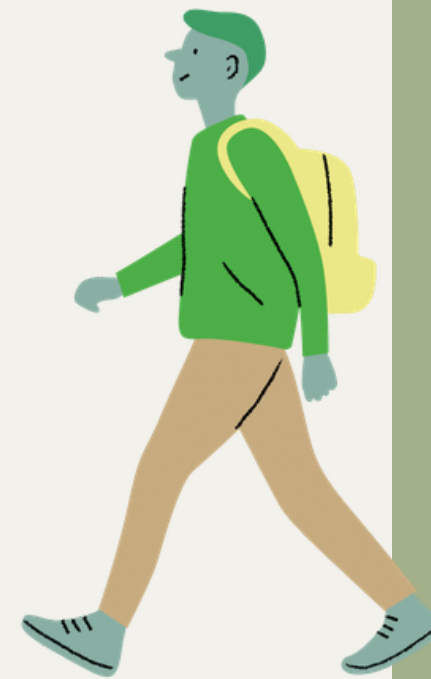


L'objectif n'est pas d'inciter tout le monde à se déplacer en mobilité active, mais d'**identifier ceux qui seraient le plus susceptibles d'en avoir envie** ou d'en tirer un **bénéfice**

MECC



Rendre **possibles**  
**et désirables** les  
mobilités actives



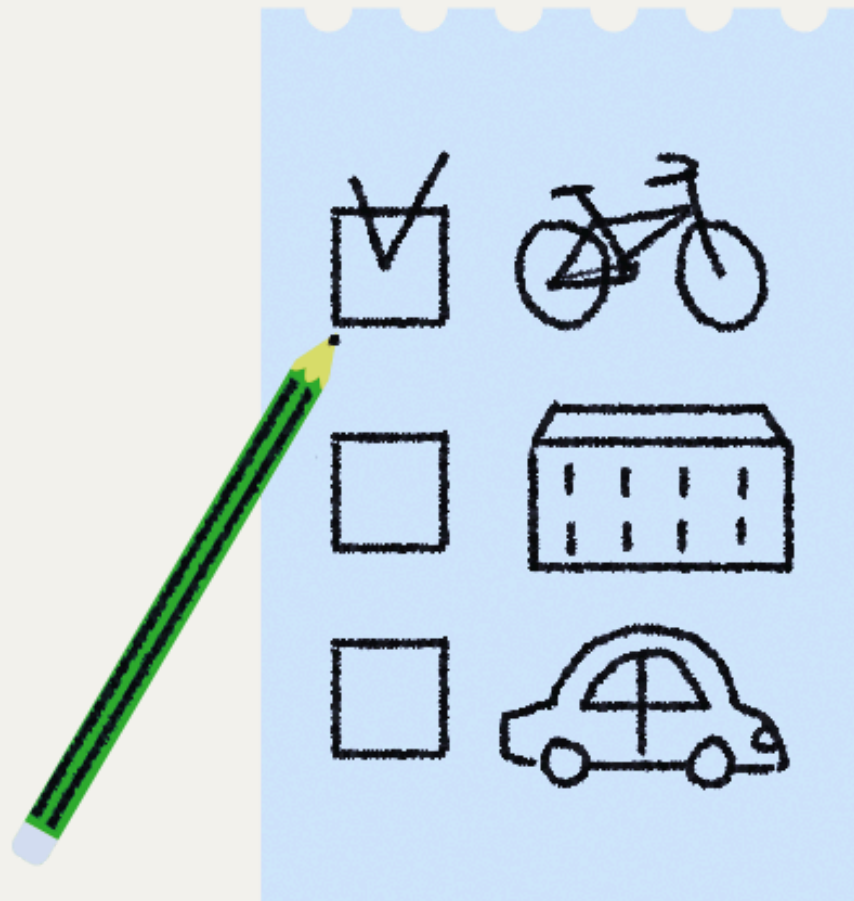
→ **DANS NOS LIEUX DE SOINS**



18/06/26  
Webinaire  
URPS MK CVL

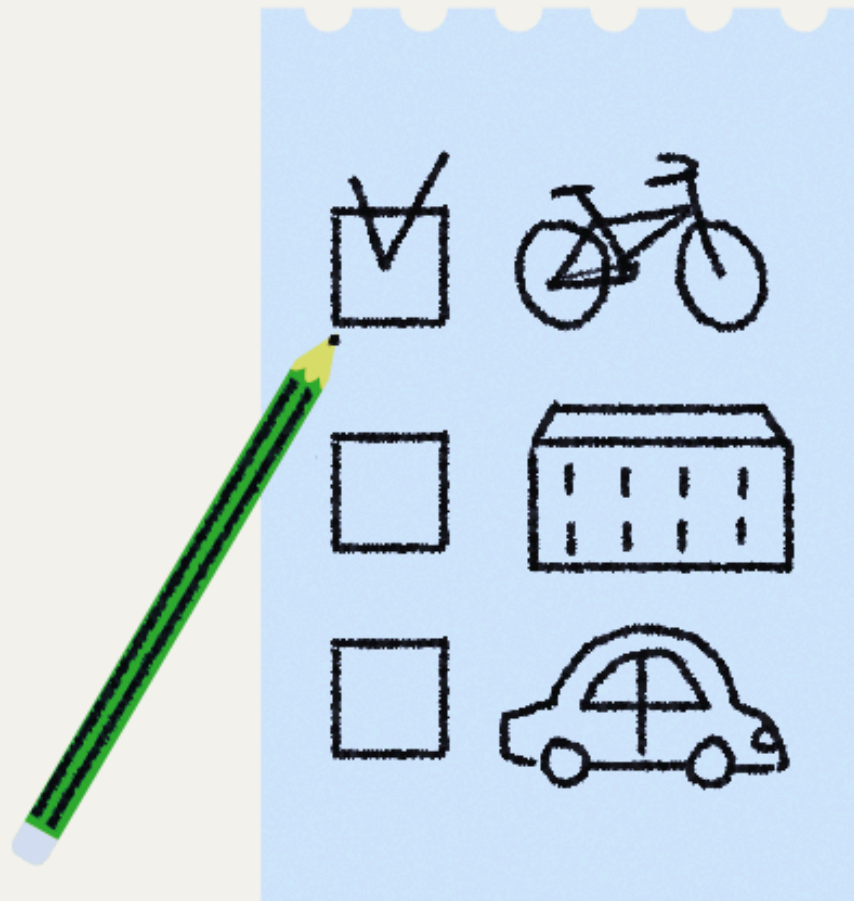
# Une anamnèse adaptée

- Dès l'anamnèse, évaluer :
  - sédentarité
  - risque de perte d'autonomie
  - les ressources matérielles et humaines



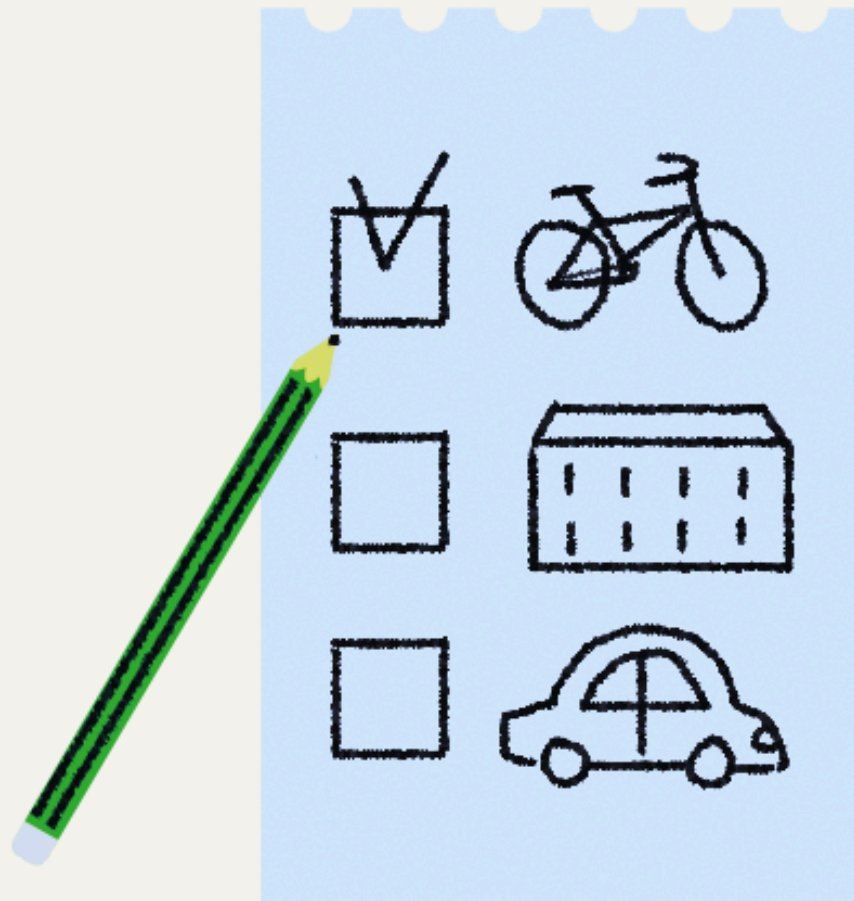
# Une anamnèse adaptée

- Dès l'anamnèse, évaluer :
  - sédentarité
  - risque de perte d'autonomie
  - les ressources matérielles et humaines
- Au fil des consultations : **entretien motivationnel**
  - Lever les freins : habitude, appréhension,
  - Actionner les leviers : transport efficace, économe, confortable



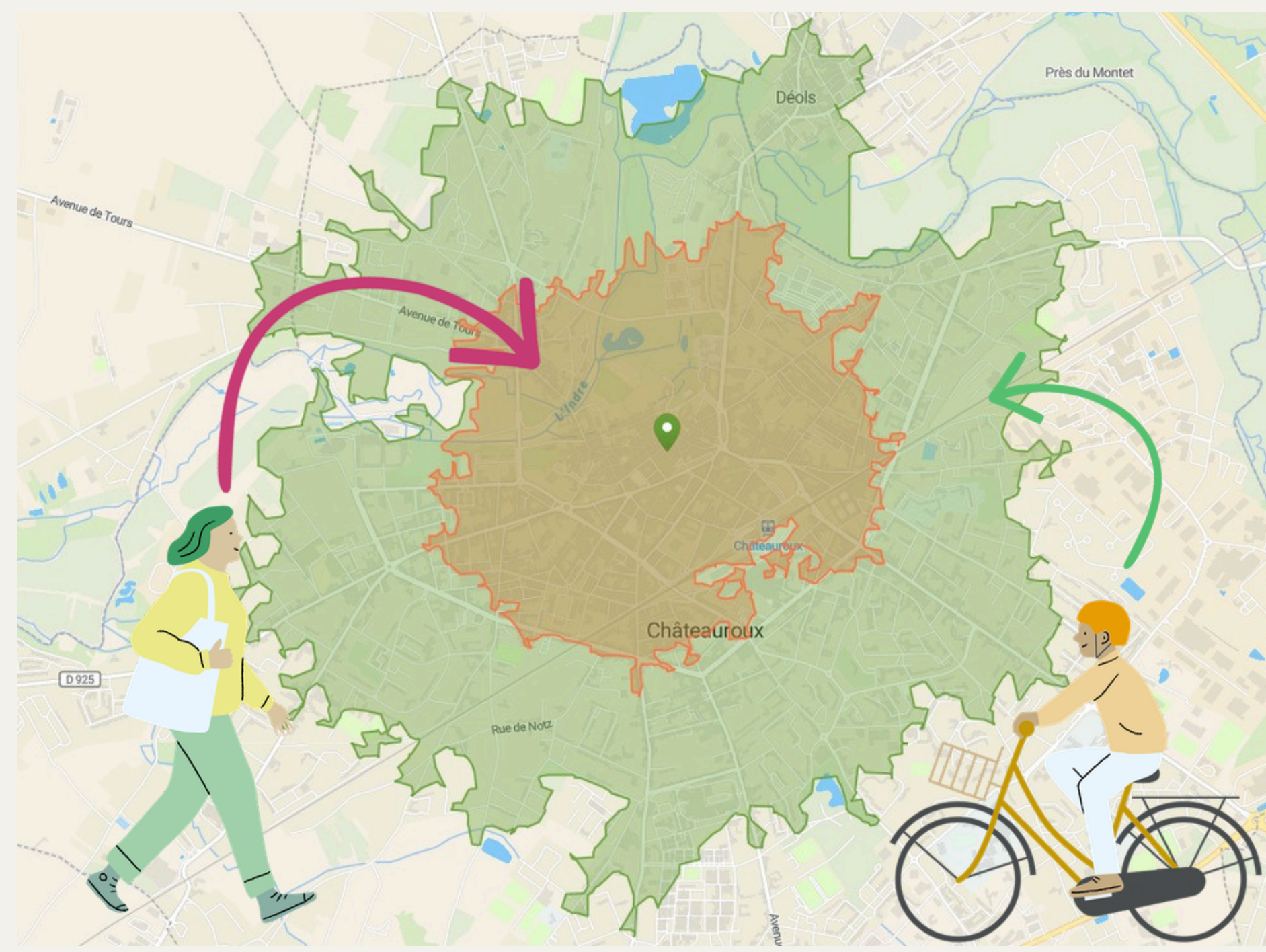
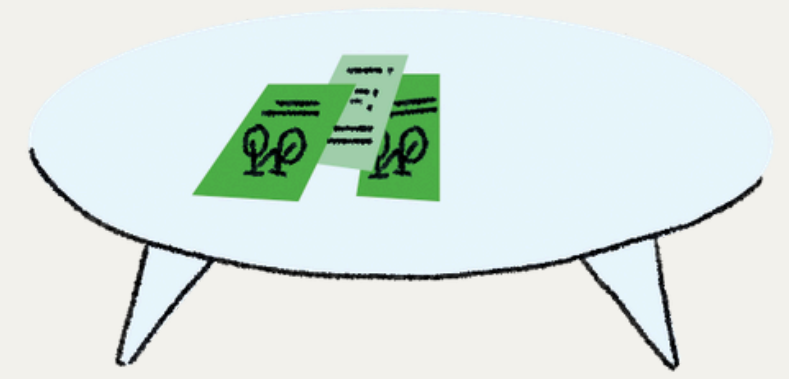
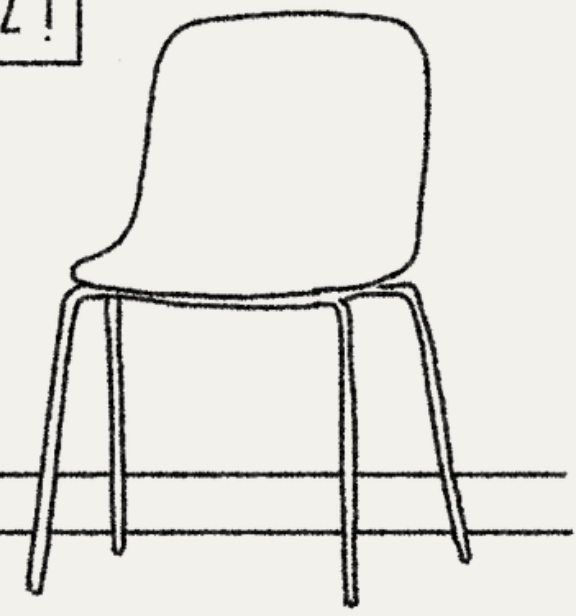
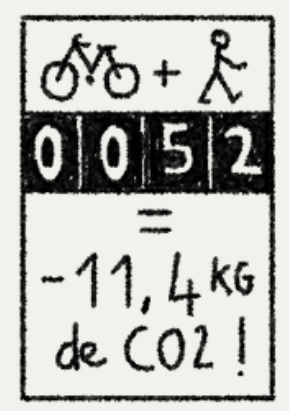
# Une anamnèse adaptée

- Dès l'anamnèse, évaluer :
  - sédentarité
  - risque de perte d'autonomie
  - les ressources matérielles et humaines
- Au fil des consultations : **entretien motivationnel**
  - Lever les freins : habitude, appréhension,
  - Actionner les leviers : transport efficace, économe, confortable
- Etablir des **objectifs**, avec le patient :
  - Changer de mode de transport pour 1 action du quotidien (courses, consultation...)



# Une salle d'attente motivante

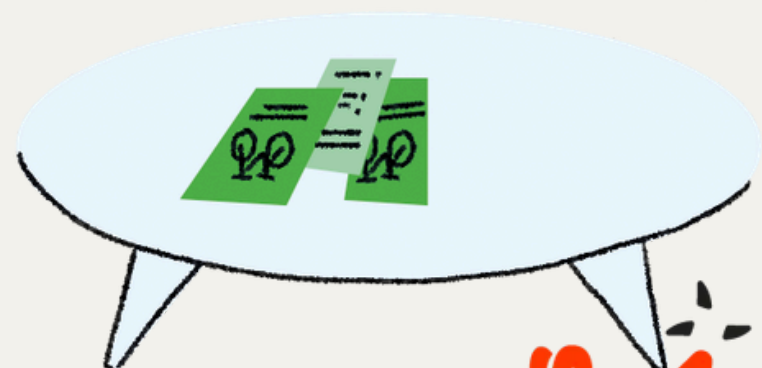
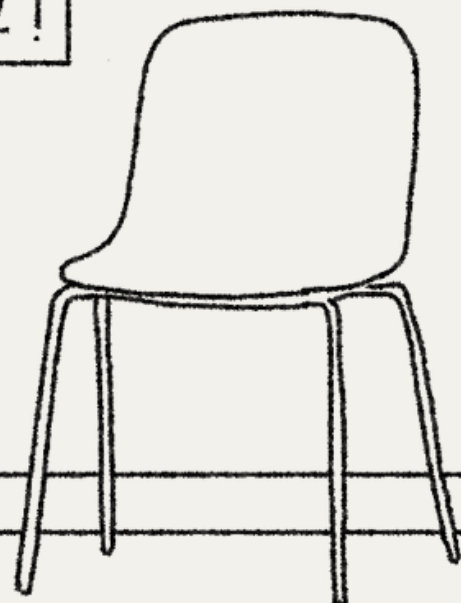
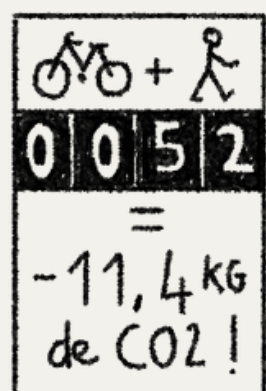
- Carte isochrone



# Une salle d'attente motivante



- Carte isochrone

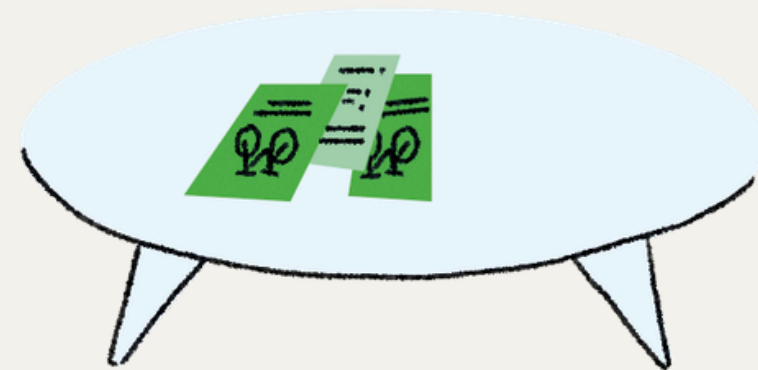
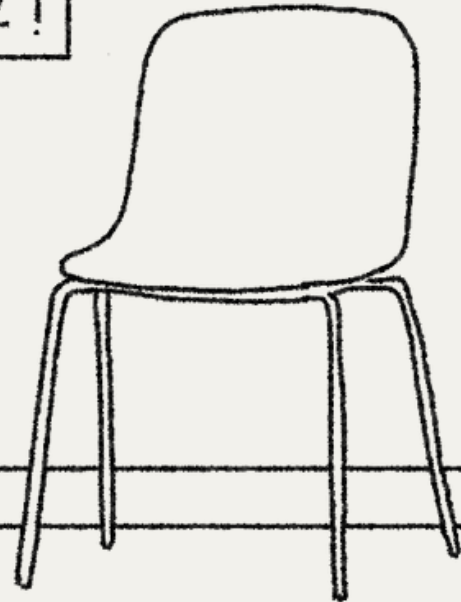
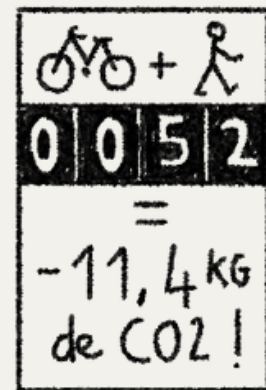


A vous de jouer !



# Une salle d'attente motivante

- Carte isochrone
- Affiche

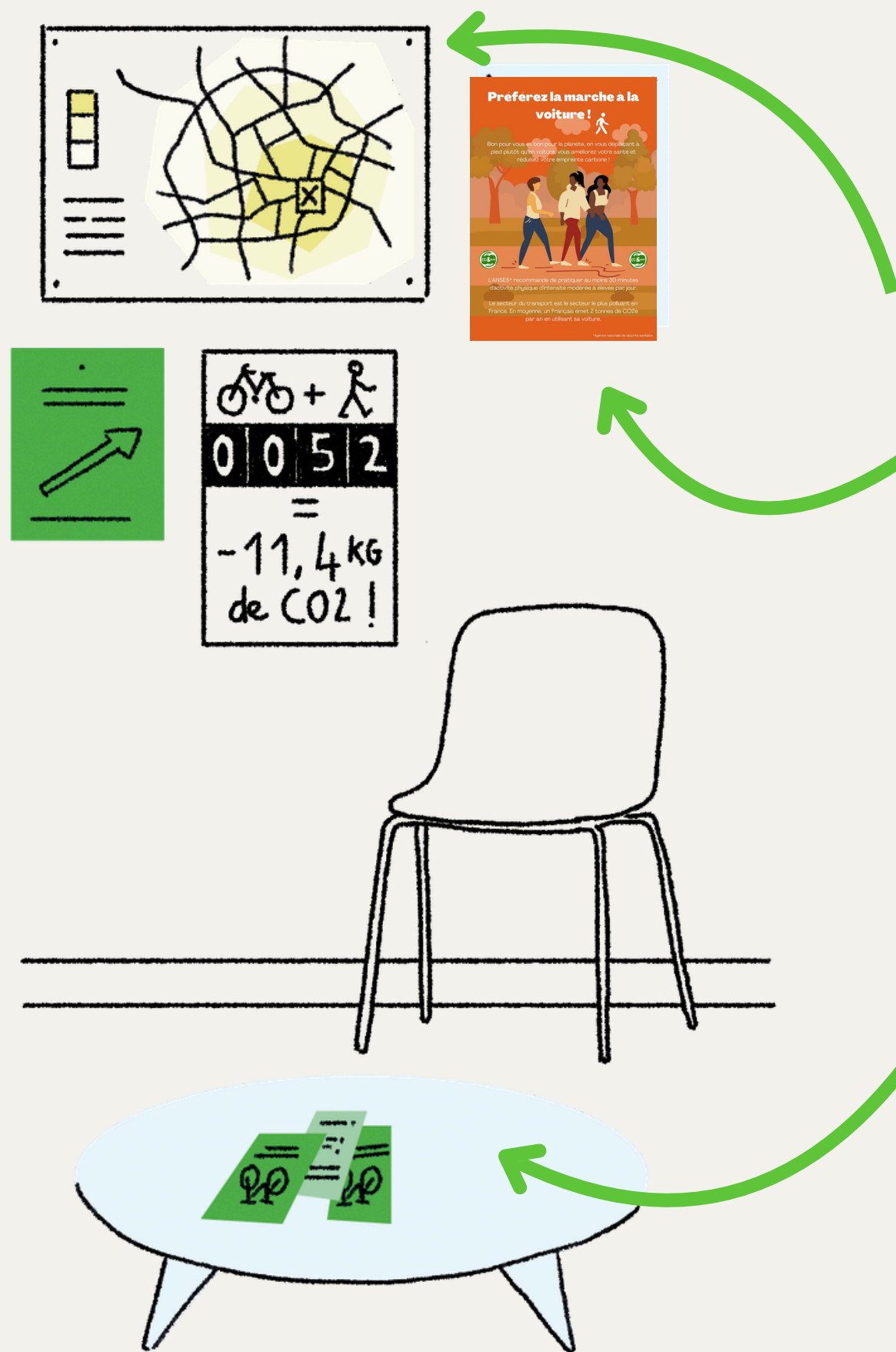


Affiche vélo



Affiche piéton

# Une salle d'attente motivante



- Carte isochrone
- Affiche
- Informations sur les aides locales : aides à l'achat, locations, ateliers de réparation, association...

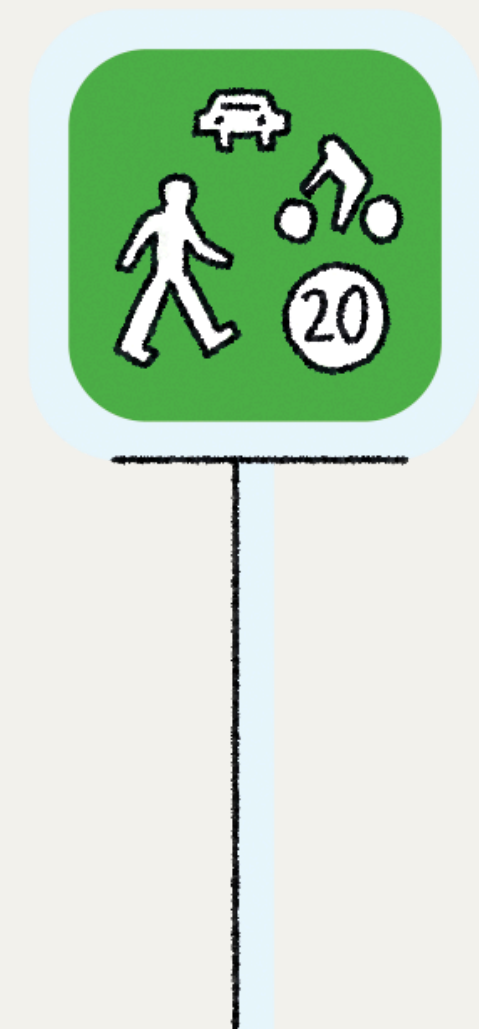
# Un cabinet accessible

- 55 % des cabinets de soin n'ont pas de parking à vélo
- **Parking à vélo adapté :**
  - U inversé
  - scellé au sol
  - abri pluie facultatif
  - Installé au plus près de l'entrée
  - Visible



# Un cabinet accessible

- **Signaliser le lieu de soin** par des itinéraires piétons ou cyclables :
  - Chemins creux
  - Voies vertes
- Revoir le **plan de circulation** :
  - ralentir la circulation automobile aux abords de la structure
  - réserver certains axes aux piétons et aux vélos
  - aménager l'espace par des infrastructures
- Se mettre en lien avec les élus locaux



**Merci pour votre attention  
et vos partages !**



**Des questions ?**

**Laura SCHULTZ**

**[lauraschultzmk@gmail.com](mailto:lauraschultzmk@gmail.com)**