

Infographie : Qui sont les Français qui marchent le moins ?

Paris, le 10 Février 2020

La sédentarité est un enjeu de santé publique présent à l'échelle mondiale. Elle correspond à « *une situation d'éveil caractérisée par une faible dépense énergétique en position assise ou allongée* »¹. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), elle fait partie des dix premiers facteurs de « risque de mortalité dans le monde », entraîne l'introduction de maladies non transmissibles (MNT) - tels que le diabète, le cancer ou des maladies cardio-vasculaires - sur différentes tranches d'âge². Une étude réalisée en 2008 par cette institution démontre qu'environ 3,2 millions de décès chaque année sont attribuables au manque d'exercice³. Et la France n'est pas épargnée par ce phénomène.

Nouveaux modes de consommation et sédentarité, quel lien ?

Il est à noter qu'il ne faut pas confondre *sédentarité* et *inactivité physique*, qui sont deux phénomènes distincts. Le second est considéré « *comme un niveau insuffisant d'activité physique d'intensité modérée à élevée, c'est-à-dire un niveau inférieur à un seuil d'activité physique recommandé* »⁴. La sédentarité, expliquée au sein du paragraphe ci-dessus, est partiellement liée au recours accru des écrans (télévision, jeux vidéo, ordinateur) et à l'apparition de nouveaux modes de consommation (par exemple : e-commerce, livraison à domicile, etc.) qui dispensent la population de sortir de chez soi.

La start-up parisienne **WeWard** se penche sur la problématique de la sédentarité et tente, à son échelle, de parer au problème.

Et si vous marchiez plus grâce à une application mobile ?

Le podomètre est un excellent outil pour mesurer l'activité physique⁵ d'un individu car il comptabilise le nombre de pas effectué par celui-ci, permettant une prise de conscience du comportement de la personne qui s'en sert.

WeWard s'inscrit dans cette lignée : la start-up a mis au point une application mobile gratuite qui calcule les pas de ses utilisateurs et qui récompense financièrement l'activité physique dite « douce », la marche. Elle comptabilise les pas effectués en extérieur afin de favoriser le bien-être de ses marcheurs tout en leur faisant découvrir des lieux insolites ou des nouveaux quartiers de la ville. La start-up encourage ainsi sa communauté à atteindre les 10 000 pas journaliers conseillés par l'OMS pour être en bonne santé.⁶

¹ Portail du Ministère des Solidarités et de la Santé - <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/article/activite-physique-et-sante>

² Portail de l'OMS - <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

³ Portail de l'OMS - https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/fr/

⁴ Portail du Ministère des Solidarités et de la Santé - <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/article/activite-physique-et-sante>

⁵ « *Tout mouvement corporel produit par les muscles qui requiert une dépense d'énergie – ce qui comprend les mouvements effectués en travaillant, en jouant, en accomplissant les tâches ménagères, en se déplaçant et pendant les activités de loisirs. Le terme « activité physique » ne doit pas être confondu avec l'expression « faire de l'exercice », qui est une sous-catégorie de l'activité physique plus délibérée, structurée, répétitive, et qui vise à améliorer ou à entretenir un ou plusieurs aspects de la condition physique.* » Portail de l'OMS - <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

⁶ Portail d'Attitude Prévention - <https://www.attitude-prevention.fr/10000-pas-activite-physique.html>



Enquête : La sédentarité en France analysée par WeWard

WeWard effectue une enquête menée auprès d'un panel de 1 million d'utilisateurs de son application mobile en France métropolitaine afin de mesurer leur taux de sédentarité. La start-up a ainsi élaboré une courte étude *via* sa plateforme *WeWard Insight* et a établi un palmarès des 10 villes⁷ en France où ses utilisateurs sont le plus répandus. Elle a classifié les villes où les usagers semblent être plus sédentaires, plus actifs et révèle le nombre de pas par jour effectués pendant la semaine par le marcheur.

À propos de WeWard

La plateforme WeWard a été créée en 2019 sous l'initiative d'Yves Benchimol, ingénieur polytechnicien (X2011) expert de la blockchain, la géolocalisation, l'intelligence artificielle et la retailtech (technologie appliquée au secteur de la distribution).

Lancée le 8 avril 2019, cette appli mobile récompense ses utilisateurs en monnaie digitale (les « Wards ») pour chaque pas effectué dans la rue. Les Wards sont ensuite échangeables contre des euros directement sur son compte en banque, des produits, des voyages, des dons ou encore des cartes cadeaux.



WeWard compte aujourd'hui plus de 1 million de téléchargements et a déjà récompensé plus de 63 milliards de pas ! Cette croissance exponentielle du nombre d'utilisateurs lui permet de se hisser dans le top des applications de l'Apple Store dans la catégorie Style de Vie.

L'application est téléchargeable sous Android et iOS. Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site <https://www.weward.fr/>.

Chiffres clés

Date de création : 2019

Effectif : 9 collaborateurs

Siège social : Paris

Site web : <https://www.weward.fr/>

Réseaux sociaux

Instagram : <https://www.instagram.com/wewardapp>

Twitter : <https://twitter.com/WeWardApp>

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/company/weward-app/>



Contacts presse:

Nicole Sammarco

01 44 94 95 66 / 06 51 84 65 67

nicole@escalconsulting.com

Maja Tailleux

01 44 94 95 65 / 07 66 79 41 20

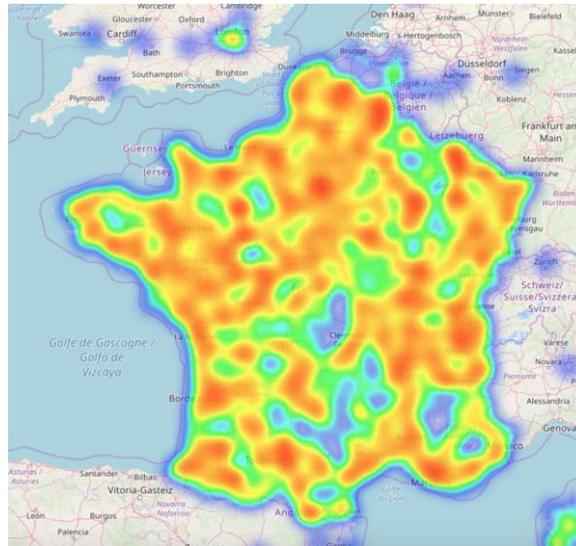
majat@escalconsulting.com

⁷ Nantes, Bordeaux, Montpellier, Toulouse, Marseille, Lyon, Lille, Nice, Strasbourg, Grand Paris.



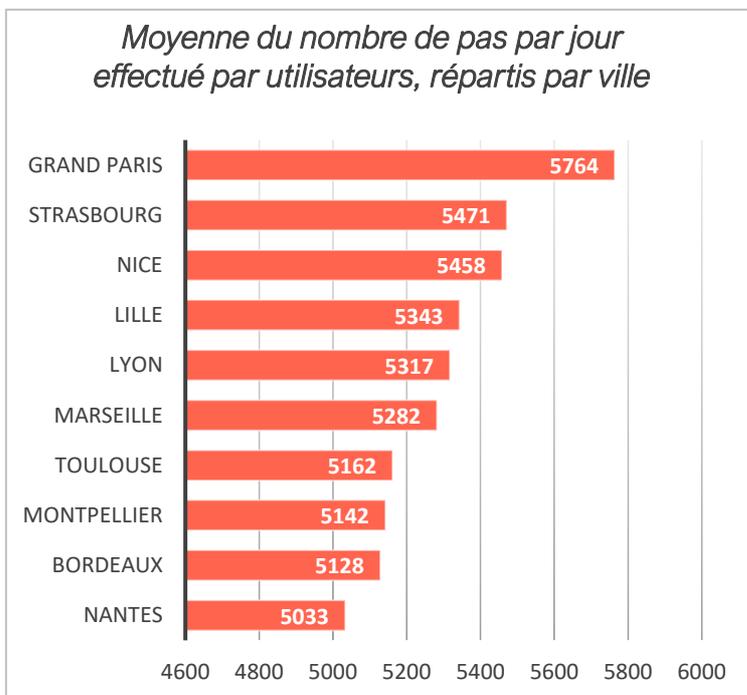
Une étude qui fournit des résultats surprenants

Lancée le 8 avril 2019, cette appli mobile compte aujourd'hui plus de **1 million de marcheurs répartis sur l'ensemble du territoire Français**. Cette montée en puissance inédite reflète l'attractivité d'un concept novateur ayant pour objectif de lutter contre la sédentarité : marcher mérite d'être récompensé. La carte ci-dessous révèle la distribution des utilisateurs de WeWard à travers l'Hexagone :



Les « points chauds » des utilisateurs de WeWard
Source : WeWard Insight

Palmarès des « grands marcheurs »



Les données recueillies par WeWard indiquent que les marcheurs de **Paris, Strasbourg et Nice** arrivent en tête du classement, celui-ci étant élaboré en étroite corrélation avec le taux de motorisation des foyers français publié par les services de l'État⁸.

44% des utilisateurs de l'appli ne sont pas considérés comme étant sédentaires car ils marchent en moyenne **59 minutes par jour**, sachant que le Programme National Nutrition Santé (PNNS) recommande de pratiquer **30 minutes d'activité physique douce par jour**⁹.

WeWard Insight note également que seulement 11,5 % de la totalité de ses utilisateurs dépassent les 10 000 pas par jour préconisé par l'OMS.

Source : WeWard Insight

⁸ Plateforme ouverte des données publiques françaises - https://www.data.gouv.fr/fr/datasets/taux-de-motorisation-des-menages/#_

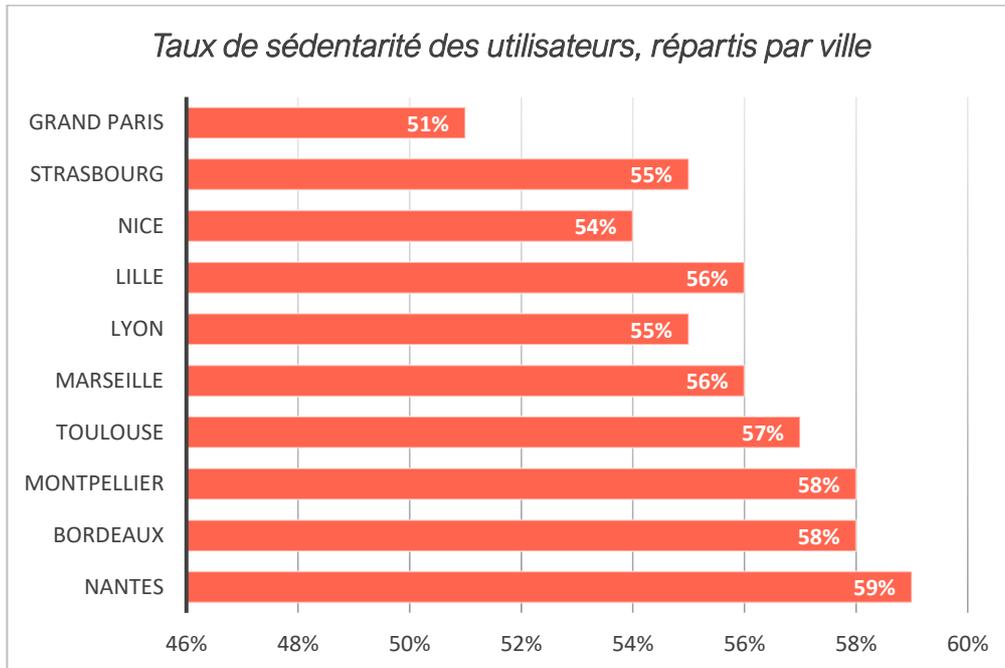
⁹ Portail du Ministère des Solidarités et de la Santé - <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante/preserver-sa-sante/article/activite-physique-et-sante>



Palmarès des villes à fort taux de sédentarité

WeWard a également mesuré le taux de sédentarité des utilisateurs de son appli mobile dans chaque grande ville. Cette information capitale permet d'estimer les risques liés à la sédentarité pour chaque ville française (maladie cardiovasculaire, hypertension artérielle, diabète, obésité...).

Au total, 56 % des utilisateurs peuvent être considérés comme sédentaires par extrapolation des données WeWard.



Source : WeWard Insight

Selon les données fournies par WeWard Insight, les utilisateurs résidants à **Nantes**, **Bordeaux** et **Montpellier** ont le plus fort taux de sédentarité. Ce classement pourrait potentiellement permettre aux villes en tête du classement de mettre en place des actions visant à augmenter le temps de marche de la population.

De la dynamisation des utilisateurs et des centres-villes

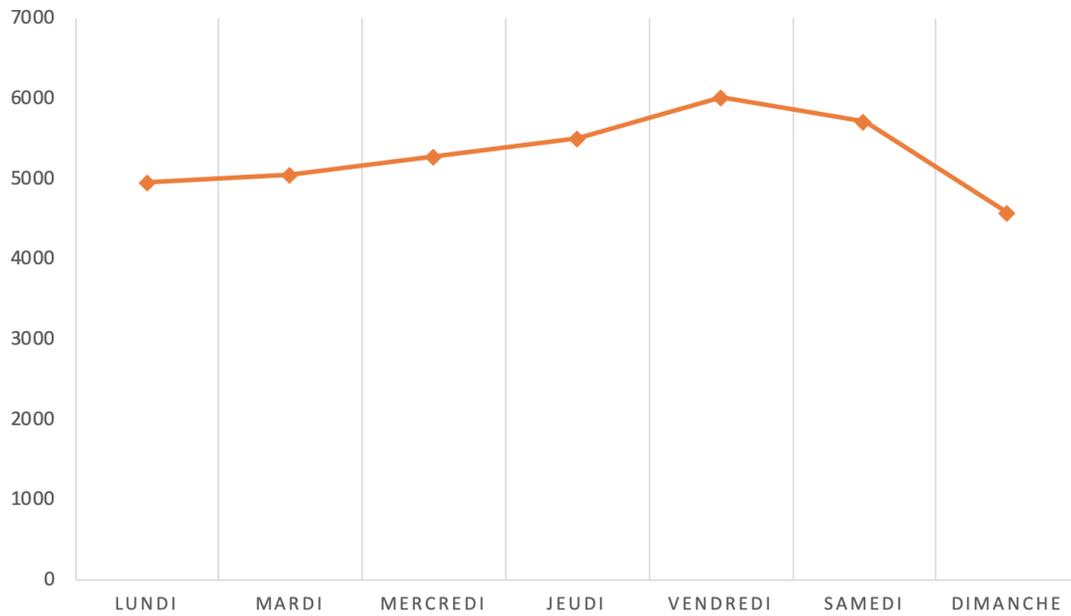
L'objectif de WeWard est double : d'un côté, elle a pour ambition **d'inciter les individus à marcher plus**. De l'autre, elle souhaite **dynamiser les centres villes**, les lieux culturels ainsi que les commerces de proximité. Ceci peut être considéré comme un moyen efficace d'engager les citoyens dans la vie de leur commune. Depuis le lancement de l'application¹⁰, **la start-up recense une augmentation de 5,3% du temps de marche** des utilisateurs de l'application et a déjà récompensé plus de 63 milliards de pas !

Cette étude démontre enfin – voir le tableau ci-dessous - que ses utilisateurs sont plus actifs en fin de semaine, notamment le **vendredi**. Il s'agit d'une opportunité pour les commerçants de communiquer avec les marcheurs en temps réel et de générer ainsi du trafic incrémental. WeWard peut donc être considéré comme un outil marketing novateur pour les commerçants locaux.

¹⁰ Le 8 avril 2019.



NOMBRE MOYEN DE PAS PAR JOUR DE LA SEMAINE



Source : WeWard Insight