

LA BALADE EXPLORATOIRE

FOCUS ACCÈS À LA NATURE

OBJECTIFS DE LA BALADE

- Observer la présence (ou absence) d'espaces verts, d'espaces de nature dans notre quotidien
- Partager des souvenirs ou expériences liées à la nature
- Imaginer des projets végétalisés accessibles à tous·tes selon vous

DÉROULÉ DE LA BALADE EXPLORATOIRE

EN AMONT

Partir d'un petit plan du village, du quartier ou de la ville : qu'est ce qu'on repère autour de nous ? D'un endroit qu'on aime bien (un parc, une promenade), quelques arbres ? Une photo ou un dessin ?

LE JOUR DE LA BALADE

1. Accueil (10 min) : Donner rendez-vous au groupe au point de départ de la balade (salle, cour, place, jardin, parvis...). Rappel du contexte et des objectifs, dire comment on va échanger ensemble (s'écouter, se laisser le temps de parler, ne pas se couper la parole, respecter les avis de chacun·e.

2. Mise en commun (20 min)

Écrire un nuage de mots à partir d'un dessin ou d'une photo et ce que la thématique évoque pour chacun des participants. Demander si des mots ont besoin de clarifications.

3. Balade (30 min à 1h maximum) : Quels sont les problèmes ? Les solutions possibles ?

Prendre des photos des aspects du quartier reliés à la thématique (possible d'utiliser un cadre en carton : vert = on aime / rouge = on n'aime pas). Recueillir des sons, des paroles d'habitants.



FOCUS ACCÈS À LA NATURE



Au niveau du quartier : Où est le parc ou l'espace naturel le plus proche ? Combien de temps pour s'y rendre à pied ? Est-il accessible en termes de distance et de sécurité ? Est-il toujours ouvert ? Y a-t-il des arbres ? Des zones d'ombres ? Des mares, de l'eau ? Est-ce qu'il y a des oiseaux, entend-on leurs chants ? D'autres animaux ? Petits ou grands ?

Individuel : Voyez-vous de la verdure depuis vos fenêtres ? Pouvez-vous vous asseoir sous un arbre ? Vous reposer dehors ? Quelles plantes, arbres ou endroits naturels aimez-vous ? Avez-vous accès à un jardin, un balcon, un espace planté ? Cultivez-vous des plantes chez vous ou dans un coin du quartier ? Aimez-vous vous promener (où, pourquoi) ? Faites-vous des cueillettes, de la pêche ?

Est-ce que vous ressentez les différences de température, de sensations suivant les endroits ? Remarquez-vous si la nature influence votre humeur ? Comment ? Avez-vous des souvenirs en nature partagés ? Si ce sont mes lieux d'activités (marche, sports, etc) : est-ce que je perçois aussi leur valeur pour d'autres ?

Mise en action : Quel endroit à proximité conseilleriez-vous à votre voisin pour profiter de la nature ? Et pourquoi ne pas aller lui proposer d'y aller ensemble ? Y-a-t-il des sorties "nature" proposées par l'école, le centre aéré, des associations ? Y-a-t-il des réunions de quartier sur des projets d'aménagements futurs ?

4. Temps de partage et conclusion orale en groupe (30 min) :

À la fin de la balade, on se retrouve autour d'un café ou d'un thé, et de petites gourmandises (prévues au préalable) pour échanger sur la balade. Répertorier les traces collectées lors de la balade (photos, enregistrement, dessins, objets...)

Comment ça s'est passé ? Qu'est-ce qui a marqué, choqué, plu ? Qu'est-ce qui était important pour les personnes rencontrées ? Qu'est-ce qui me surprend ? Qu'est-ce que j'apprécie ou non dans mon quartier ? Qu'est-ce qu'il manque ici ?

Si vous aviez une baguette magique, que feriez-vous pour améliorer l'accès à la nature dans le quartier ?

À LA SUITE

Qu'est-ce qui est faisable ensemble maintenant ?

- Refaire la même balade quelques jours ou semaines plus tard, voire à une autre saison et essayer de comprendre ce que ça nous fait.
- Organiser des promenades collectives régulières avec des habitants du voisinage ?
- Créer un mini-jardin en pot ou boîte
- S'informer des projets en cours, de ce qui est inscrit au programme de la politique de la ville ?
- Se rassembler (Amicale des locataires) pour demander à la mairie, au bailleur social plus d'arbres dans le quartier
- ...



FOCUS ACCÈS À LA NATURE

Restitutions possibles

Affiche avec des photos commentées, enregistrements d'habitants, vidéo de la balade, tracé de la balade avec annotations, herbier géant (collage de vraies feuilles et dessins), ...

CALENDRIER DANS LEQUEL INSCRIRE LA BALADE

ÉVÈNEMENT	PÉRIODE	LIEU	CONTENU
La fête de la nature	20 au 25 mai 2026	France entière	https:// www.worldcleanup day.fr/
Les 4 saisons	A l'année	France entière	

SITES RESSOURCE

- + <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-en-action-octobre-2024-n-467-preserved-la-nature-pour-protéger-la-santé-des-populations> : vous avez accès au n° 467 de la revue La Santé en action et notamment à l'article Faciliter l'accès aux espaces naturels pour tous les citoyens (p37 à 39)
- + <https://www.insee.fr/fr/statistiques/8558420#> : vous pouvez télécharger un rapport de l'Insee d'avril 2025 Un accès inégal aux espaces verts dans les grands centres urbains
<https://montreal.ca/articles/10-bienfaits-des-arbres-en-ville-7140> : un article sur le site de la ville de Montréal sur Les 10 bienfaits des arbres en ville

