

FOCUS LIEN SOCIAL ET LIEUX D'ENGAGEMENT

OBJECTIFS DE LA BALADE

- Identifier les lieux de rencontre ou de tranquillité dans le quartier.
- Valoriser les expériences collectives, les groupes informels ou structurés.
- Imaginer de nouveaux lieux ou événements pour se relier autrement.

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 comme lieux d'engagement ou de lien social : association, coopératives, magasins du quartiers, café...

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) : 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'habitant·es.



Au niveau du quartier : Où se réunissent les gens dans votre quartier (places, squares, MJC, Centres sociaux, médiathèque, café, centres commerciaux, lieux de culte, club de sport,...) ? Est-ce que les gens se connaissent dans le quartier ? Existe-t-il des lieux de rencontre publics ? Privés ? Y a-t-il des tensions ou de l'entraide entre habitant·es ?



Individuel : Êtes-vous impliqué·e dans une association ? Pourquoi / pourquoi pas ? Est-ce que vous connaissez des associations dans votre quartier ? Est-ce que vous êtes proche de vos voisins ? Qui sont vos voisins les plus proches ? Où pouvez-vous échanger avec d'autres familles ? Partagez-vous des repas ? Des habits ? Des outils ? Les enfants se font-ils des amis dans le quartier ? Qu'est-ce qui vous ferait sentir plus en lien avec les autres ?

Mise en action : Est-ce que vous vous engagez dans votre quartier ? Est-ce que vous êtes dans une association ? Est-ce que vous organisez des événements dans votre quartier (fête des voisins, journée pour les enfants...)?

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. Répertoire 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 ? C'est quoi le plus beau lien que vous connaissez ici ? Qu'est-ce qu'il manque ici ?

Faire une vidéo avec 2 participant.es à la balade qui répondent à 2 questions :

- Qu'est-ce qui vous a surpris dans cette balade ?
- Si vous aviez une baguette magique, que changeriez-vous dans votre quartier ?

N'hésitez pas à le poster sur Agora - Respire 2026 !

À LA SUITE

Qu'est-ce qui est faisable ensemble maintenant ?

- Organiser un café dans la rue, un goûter
- Participer / organiser une fête des voisins
- Organiser un forum des associations dans le quartier
- Monter une bibliothèque de rue, faire un festival des Arts et des Savoirs, un jardin partagé...

Restitutions possibles :

Affiche avec des photos commentées, enregistrements d'habitants, vidéo de la balade, tracé de la balade avec annotations, cartographie des lieux d'engagements, ...

CALENDRIER DANS LEQUEL PEUT S'INSCRIRE LA BALADE ?

Évènement	Période	Lieu	Contenu
Journée des associations	Septembre	Ville	-
Fête des voisins	29 mai	Rue	https://www.fetedesvoisins.fr/

SITE RESSOURCES

- <https://www.data-asso.fr/> : vous pouvez visualiser sur une carte quelles sont les associations qui existent dans une ville
- <https://www.associatheque.fr/fr/index.html> : vous accédez aux ressources du site associ@thèque.fr
- https://s3.eucentral1.amazonaws.com/static.schl.ch/1698304452_aassociationcration_ms.pdf : la société coopérative d'habitation Lausanne vous encourage à la création d'une association de quartier



FOCUS POLLUTION DE L'AIR

Pourquoi s'attaquer à la pollution de l'air ? Parce que l'air que nous respirons peut contenir des substances dangereuses, nocives d'origine naturelle (bactéries, moisissures) et humaine (particules, fumées, gaz toxiques), elles sont responsables de 40 000 décès prématurés soit 7% de la mortalité en France selon l'Agence publique de Santé. Respirer un air sain est une nécessité vitale. Nous avons toutes et tous intérêt à nous soucier de la qualité de l'air dans notre lieu de vie !

OBJECTIFS DE LA BALADE

- Identifier les zones et les sources de pollutions de l'air à l'échelle du quartier.
- Constaté ce que cela produit sur notre manière de respirer en encourageant les ressentis sensoriels et respiratoires, les atteintes à la santé et les inégalités sociales d'exposition.
- Co-construire un parcours afin d'éviter le plus possible un air pollué, partager des lieux où l'on peut se ressourcer au sein d'un environnement naturel à l'air pur.

DÉROULÉ DE LA BALADE EXPLORATOIRE

EN AMONT

Identifier un parcours à partir des lieux liés aux pollutions atmosphériques, le dessiner sur une carte (réelle ou dessin approximatif). Proposez des feutres/crayons, en **rouge** les zones où l'on respire mal, en **vert** les endroits où on prend plaisir à respirer et dans lesquels on se sent bien.

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, pose du cadre des échanges.

2. Mise en commun (20 min) : Avant la balade, chaque participant·e dit ce qui lui vient spontanément à l'esprit quand il entend le mot "pollution de l'air". L'animateur·rice note les mots sur une grande feuille pour créer le nuage des mots de départ. Demander si des mots ont besoin de clarifications, comme par exemple le mot "atmosphère", ce que cela signifie pour les participant·es. Le groupe partage ce que lui évoque chacune de ces idées (en partant du vécu, du ressenti et des émotions, sans chercher les "bonnes réponses") : un air de qualité, c'est... ce que j'aime faire quand je respire un air pur... (à la maison ou ailleurs), c'est... les lieux où je peux respirer correctement c'est... ce qui influence ma manière de percevoir la qualité de l'air, c'est...

3. Balade (30 min à 1h) : Les participant·es circulent dans le quartier, discutent, observent, prennent des photos. Ils sont invités à porter attention à tout ce qui touche à la pollution, aux nuisances : activités polluantes, décharges, voitures, odeurs ; mais aussi à identifier les endroits où il fait bon vivre, où des espaces verts sont accessibles et ce que cela change sur leur humeur, leur santé.

Pour chaque lieu, un·e animateur·rice enregistre les paroles (témoignages, échanges, ressentis) pour créer ensuite un montage sonore ou un carnet de terrain. Sinon, il/elle note les phrases et idées fortes des participant·es.



Au niveau du quartier : Peut-on respirer facilement ici ? Y-a t-il des mauvaises odeurs, où se trouvent-elles ? Voyez-vous des fumées ou émissions nocives dans votre quartier, des pots d'échappements ? Y-a t-il des endroits piétons et cela change t-il la qualité de vie ? Avez-vous repéré des activités polluantes, des dépôts de déchets ? Y-a t-il des lieux où vous respirez mieux, lesquels ? Les avez-vous partagés avec votre entourage ?

Individuel : L'air est-il respirable chez vous ? Y a-t-il des odeurs gênantes ? L'air dans le logement est-il humide, êtes vous confrontés à des moisissures ? Avez-vous des allergies, asthmes, problèmes respiratoires ? Y-a t-il des personnes de votre entourage qui tombent malades à cause d'insuffisances respiratoires ?

Mise en action : Que pourrait faire la mairie ou les voisins pour améliorer l'air ? Avez-vous mis en place des astuces pour améliorer l'air ? Pensez-vous à des moyens concrets d'aboutir à une réduction des pollutions atmosphériques ?

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 ?

Faire une vidéo avec 2 participant.es à la balade qui répondent à 2 questions :

- Qu'est-ce qui vous a surpris dans cette balade ?
- Si vous aviez une baguette magique, que changeriez vous dans votre quartier ?

N'hésitez pas à le poster sur Agora - Respire 2026 !

À LA SUITE

Qu'est-ce qui est faisable ensemble maintenant ?

Tenter de décider d'une première action commune et réalisable (par ex : militer pour la limitation de vitesse dans une rue, planter plus d'arbres, de développer un parc vélo public et accessible,...).

Restitutions possibles :

Fresques collectives, parcours d'airs sains avec des images et tracés imaginés par les participants, des photos de son habitat pour témoigner des expositions néfastes à la santé, des bulles en couleurs, idées et verbatims enregistrés, laissez place à votre créativité !

CALENDRIER DANS LEQUEL PEUT S'INSCRIRE LA BALADE

Évènement	Période	Contenu
Journée nationale de la qualité de l'air	14 octobre	enjeux liés aux pollutions de l'air et aux conséquences sur la santé du vivant.

🌿 SITE RESSOURCES 🌿

- <https://www.unep.org/fr/actualites-et-recits/recit/respirer-un-air-pur-un-droit-humain> : vous lirez sur le site de l'ONU l'article "Respirer un air pur, un droit humain"
- <https://santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/pollution-et-sante/air>
- <https://www.territoiresentransitions.fr/programme> >> programme territoire engagé transition écologie (TETE), diagnostic habitat



FOCUS POLLUTION SONORE

Pourquoi s'attaquer au bruit ? Le bruit n'est pas une simple gêne. Il provoque fatigue, irritabilité, stress, troubles du sommeil, fatigue le cœur et peut même provoquer une perte auditive irréversible. Il gêne la concentration, l'apprentissage et le développement des enfants. Les familles les plus pauvres vivent plus souvent dans des logements mal isolés, près des axes routiers, des chantiers, des voies ferrées ou sous les couloirs d'avions. S'attaquer au bruit, c'est donc protéger la santé de tous, mais aussi réduire une inégalité sociale majeure.

OBJECTIFS DE LA BALADE

- **Identifier les zones et sources de bruit dans le quartier**

L'objectif est de repérer les différents types de bruits : ceux liés à la circulation (routes, bus, scooters, axes rapides), ceux produits par les activités humaines (commerces, livraisons, chantiers, terrasses), ou encore ceux provenant des logements eux-mêmes (immeubles peu insonorisés, habitats collectifs anciens). Mettre en lumière les lieux où le calme subsiste : cours, jardins, passages piétons, parcs, zones apaisées.

- **Explorer ce que le bruit produit : ressentis, santé, les inégalités**

Nommer ce que provoque le bruit : fatigue, stress, irritabilité, sommeil perturbé, difficultés à se concentrer ou à se reposer.

- **Chercher ensemble les zones calmes**

Il s'agit de repérer ensemble, sur une carte, les zones calmes du quartier, les lieux où l'on peut se ressourcer.

DÉROULÉ DE LA BALADE EXPLORATOIRE

EN AMONT

L'animateur·rice prépare un parcours repérant les lieux bruyants et les espaces calmes, puis le trace sur une carte. Les participant·es complètent cette carte : en rouge les endroits où le bruit gêne ou fatigue, en vert les lieux plus apaisés.

LE JOUR DE LA BALADE

1. Accueil (10 min) : Le groupe se retrouve au point de départ.

On rappelle les objectifs : pourquoi s'intéresser au bruit, comment il affecte le bien-être, la santé, les relations.

Puis on pose un cadre d'échange bienveillant : s'écouter, laisser parler chacun, ne pas se couper la parole, respecter les points de vue.

2. Mise en commun (20 min) : Avant de partir, chacun dit ce que lui évoque le mot « pollution sonore ».

L'animateur·rice note les mots sur une grande feuille pour former un nuage de mots initial.

On clarifie certains termes si besoin (« nuisance sonore », « bruit de fond », etc.), puis on échange à partir du vécu :

- ce qu'est pour chacun un environnement sonore agréable ;
- les bruits qui gênent ;
- les sensations corporelles liées au bruit ;
- les lieux où l'on se sent apaisé ou au contraire oppressé.

3. La balade (30 min) : Quels sont les problèmes ? Les solutions possibles ?

Les participant·es circulent dans le quartier, observent, discutent, photographient et enregistrent.

On leur propose d'être attentifs aux sources de bruit (circulation, chantiers, scooters, voisinage, échos...), mais aussi aux lieux où le calme est perceptible (espaces verts, recul naturel, cours intérieures).

À chaque étape, un·e animateur·rice recueille les paroles, ressentis et observations pour constituer ensuite un carnet de terrain ou un montage sonore.

On peut aussi 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).



Au niveau du quartier : Où le bruit est-il le plus gênant ? Quels bruits reviennent le plus souvent ? À quels moments ? Le bruit gêne-t-il les échanges, les déplacements ou le sommeil ? Le quartier offre-t-il des zones de répit ? Comment la végétation, les talus, les façades jouent-ils un rôle d'écran ?



Individuel : Entend-on les voisins ? Les pas ? La circulation ? Le bruit traverse-t-il les murs ou fenêtres ? Les enfants dorment-ils mal ? Y a-t-il des tensions familiales liées au bruit ? Le logement est-il isolé ? Peut-on agir ? Est-ce plus difficile quand on reste souvent à la maison ?

Mise en action : Y-aurait-il des moyens de réduire les nuisances sonores ? Par des actions de voisinage, le dialogue, des aménagements simples (végétalisation, horaires, ...) ? Etes-vous au courant de projets (ralentisseurs, écrans naturels, zones piétonnes, plantations absorbantes, ...) ?

4. Temps de partage et conclusion orale en groupe (30 min) : Autour d'un café ou d'un thé, on échange sur la balade : ce qui a marqué, surpris, plu ou dérangé ; ce qu'on a découvert sur le quartier ou sur soi ; ce qu'il manque pour que le quartier soit plus calme.
On partage les traces : photos, sons, notes, croquis.

Faire une vidéo avec 2 participant.es à la balade qui répondent à 2 questions :

- Qu'est-ce qui vous a surpris dans cette balade ?
- Si vous aviez une baguette magique, que changeriez-vous dans votre quartier ?

N'hésitez pas à le poster sur Agora - Respire 2026 !

A LA SUITE

Qu'est-ce qui est faisable ensemble maintenant ?

L'objectif est de dégager une première action commune, simple et réalisable, comme par exemple :

- Cartographier les zones calmes
- Demander la mise en place d'un ralentisseur
- Installer des plantes absorbantes,
- Organiser un atelier « bruit et sommeil »
- Proposer un itinéraire piéton protégé

Restitutions possibles :

Fresques collectives « bruit / calme », cartes sensibles du quartier sonore, photos, sons enregistrés, montage sonore, parcours « refuges sonores », ...

CALENDRIER DANS LEQUEL PEUT S'INSCRIRE LA BALADE

Evènement	Période	Contenu
23ème semaine de l'UNESCO	19 janvier - 1 février 2026	Thème 2026 : « Son et innovations ». https://www.lasemaineduson.org/
Journée nationale de l'Audition	12 mars 2026	Dépistages gratuits, ... https://www.ouiemagazine.net/evenement/journee-nationale-de-laudition-2026/
Journée de sensibilisation au bruit	29 avril 2026	https://www.bruit.fr/

SITE RESSOURCES

- Centre d'information sur le bruit (CIDB)
 - Bruitparif (Île-de-France)
 - Observatoire des inégalités - données bruit (2020)
 - OMS – Pollution sonore & santé
 - Ministère de la Transition écologique – guides et données
 - ANSES – impacts du bruit sur la santé
 - Initiatives locales “villes apaisées”
- <https://www.data.gouv.fr/datasets/zones-de-circulation-apaisee/>



FOCUS POLLUTION VISUELLE

La pollution visuelle (on parle aussi de « nuisances visuelles ») comprend les modifications visuelles d'un espace public ou d'un paysage, jugées inesthétiques ou visuellement désagréables.

La pollution visuelle exerce des effets à la fois tangibles et intangibles sur la société et l'environnement. Du point de vue humain, l'accumulation d'éléments perturbateurs provoque une surcharge cognitive, qui peut augmenter le stress et altérer la qualité de vie. La multiplication d'affichages et de stimuli, en rendant difficile la lecture de l'espace, nuit à l'orientation, au sentiment de sécurité et au plaisir esthétique. Les citoyen·nes manifestent ainsi régulièrement un attachement fort à la préservation de leur environnement visuel, considérant que l'aspect des lieux participe à l'identité culturelle et au bien-être collectif.

OBJECTIFS DE LA BALADE

- Comprendre ce que voient tous les jours les habitant·es.
- Percevoir comment ce qu'on a sous les yeux, devant les yeux impacte notre vie.
- Renforcer l'envie d'identifier collectivement des pistes concrètes d'amélioration.

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. Définir approximativement le secteur de la balade, le lieu et l'heure de rendez-vous.

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, on pose un cadre d'échange bienveillant : s'écouter, laisser parler chacun, ne pas se couper la parole, respecter les points de vue. Est-ce que vous avez déjà pu prendre le temps de vous arrêter et regarder en détail et dans une vue élargie ce que vous avez autour de vous ? Si oui, qu'est-ce que vous avez remarqué en premier ? Qu'est-ce que vous vous avez vu, qu'est ce qui vous a plu, ou au contraire déplu ?

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·e des participant·es. Demander si des mots ont besoin de clarifications. Peut-être se mettre en rond à un endroit et décrire ce que chacun·e voit d'où il·elle est...?

3. La balade (30 min à 1h) : Quels sont les problèmes ? Les solutions possibles ? Prendre des photos des aspects du quartier liés à la thématique (possible d'utiliser un cadre en carton : **vert** = on aime / **rouge** = on n'aime pas). Recueillir des sons, des paroles d'habitant·es.



Au niveau du quartier : Qu'est-ce qui est choquant pour vous dans l'espace public ? Choquant parce que c'est laid ou à l'inverse choquant en attirant en bien votre attention. Est-ce que votre regard change selon le moment de la journée (le matin, le soir, la nuit) ? Et la nuit, comment vous trouvez l'éclairage ? Qu'est-ce que vous pensez de ce qu'on voit sur les murs et dans la rue : publicités, graffitis, affiches, tags, sculptures...?

Individuel : Jusqu'où porte le regard dans les endroits où vous vivez ? Qu'est-ce qui barre ce regard ? Empêche de voir plus loin ? Y a-t-il eu des constructions ou démolitions qui ont modifié ce que vous voyiez auparavant ? Des points de vue que vous regrettez ? Et d'autres que vous découvrez et que vous aimez ? Est-ce que vous faites un lien entre tout ça et comment vous vous sentez ?

Mise en action : Comment embellissez-vous votre environnement visuel ? Et vos voisin·es ? Quels endroits mériteraient d'être embellis (façades, places, ...) ? Avez-vous déjà observé des initiatives pour embellir l'espace public ? Y avez-vous participé ?

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 ?

Faire une vidéo avec 2 participant·es qui répondent à 2 questions :

- Qu'est-ce qui vous a surpris dans cette balade ?
- Si vous aviez une baguette magique, que feriez-vous pour diminuer la pollution visuelle ?

N'hésitez pas à la poster sur Agora - Respire 2026

À LA SUITE

Qu'est-ce qui est faisable ensemble maintenant ?

- Fresque murale
- Concours de photo / Exposition photo
- Déco temporaire de l'espace (guirlandes, tissus...)

Restitutions possibles :

Affiche avec des photos commentées, enregistrements d'habitant·es, vidéo de la balade, tracé de la balade avec annotations,...

CALENDRIER DANS LEQUEL PEUT S'INSCRIRE LA BALADE

Évènement	Période	Contenu
Le Jour de la Nuit	11 octobre	Manifestation de sensibilisation à la beauté du ciel étoilé et à la pollution lumineuse

SITE RESSOURCES

- <https://www.futura-sciences.com/planete/definitions/developpement-durable-pollution-visuelle-6713/> : vous lirez un dossier du site Futura sur la pollution visuelle
- <https://agirpourlatransition.ademe.fr/collectivites/conseils/elus/reduire-pollutions-lumineuses?backtosearch=true> : vous accédez à une page du site de l'Ademe "Agir contre la pollution lumineuse"
- <https://www.dijon-ecolo.fr/dossiers/pollution-visuelle.html> : vous découvrirez le dossier de dijon-écologie sur la pollution visuelle par les panneaux publicitaires



FOCUS TRANSPORTS

OBJECTIFS DE LA BALADE

- Observer les possibilités réelles de mobilité.
- Identifier les freins matériels, économiques ou psychologiques à la mobilité.
- Co-construire des pistes pour des déplacements moins polluants, plus sûrs, plus accessibles et plus justes.

DÉROULÉ DE LA BALADE EXPLORATOIRE

EN AMONT

Identifier ensemble un parcours à partir des lieux liés aux transports : zone de bus, parking, parking à vélo, etc.

Le dessiner sur une carte (réelle ou dessinée de façon approximative).

Chaque participant·e peut utiliser des pastilles de couleur (ou des feutres) pour indiquer sa fréquentation de ces lieux :

- **Vert** : je fréquente ce lieu / c'est accessible/ ou je m'y sens bien
- **Rouge** : pas pour moi / trop cher / pas accueillant
- **Jaune** : j'aimerais y aller mais je n'ose pas

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...). 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) : Faire émerger les représentations principales autour de l'accès aux transports durable.

Avant la balade, chaque participant·e dit ce qui lui vient spontanément à l'esprit quand il entend le mot "transports". L'animateur·rice note les mots sur une grande feuille pour créer le nuage des mots de départ.

Ramener un objet qui évoque nos moyens de mobilité (clé de voiture, ticket de bus, cadenas vélo...) et raconter une anecdote en lien avec l'objet.

Le groupe partage ce que lui évoque chacune de ces idées (en partant du vécu, du ressenti et des émotions, sans chercher les “bonnes réponses”).

Un accès à un transport durable, c’est... Les bons moments autour de déplacements courts ou long (voyages par exemple).

Ce qui influence ma manière de me déplacer : l’argent, le temps, mes goûts, les pratiques de ma famille et de mon entourage, etc.

3. Balade (30 min à 1h) : 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).

Les participant·es circulent dans le quartier, discutent, observent, prennent des photos. Ils sont invités à porter attention à tout ce qui touche aux transports : arrêt de bus, parkings, prix, affiches, publicités, odeurs, cave à vélos.

Pour chaque lieu, un·e animateur·rice enregistre les paroles (témoignages, échanges, ressentis) pour créer ensuite un montage sonore ou un carnet de terrain. Sinon, il/elle note les phrases et idées fortes des participant·es.



Au niveau du quartier : Quels types de transports y trouve-t-on ? Correspondent-ils à vos besoins ? Quels sont les prix pratiqués ? Est-ce accessible (prix, mobilité, horaires, ambiance) ? Qui prend ces transports ? Quelle qualité perçue ? Est-ce facile d’accéder aux services essentiels (courses, soins, écoles) ? Que faudrait-il pour rendre les déplacements plus sûrs ?

Individuel : Le bus est-il adapté aux poussettes, PMR, personnes âgées ? Comment vous déplacez-vous en général ? Avez-vous des difficultés pour porter des sacs, prendre le bus, etc. ? Avez-vous été blessé·e ou stressé·e en circulant ? Est-ce que tous les membres de la famille peuvent se déplacer seuls ? Comment accompagnez-vous les enfants à l’école ou aux activités ? Faites-vous parfois des trajets ensemble à pied ou à vélo ? Quels lieux sont difficiles d’accès pour vous ?



Mise en action : Est-ce que les démarches sont faciles pour avoir une carte de réduction ? Quelles sont les initiatives existantes pour mieux me déplacer à partir de mon quartier ?

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 ?

Faire une vidéo avec 2 participant.es à la balade qui répondent à 2 questions :

- Qu'est-ce qui vous a surpris dans cette balade ?
- Si vous aviez une baguette magique, que changeriez vous dans votre quartier ?

N'hésitez pas à le poster sur Agora - Respire 2026 !

À LA SUITE

Qu'est-ce qui est faisable ensemble maintenant ?

Qu'aimerions-nous faire, organiser ou demander pour notre quartier ?

Identifier des solutions simples, réalisables à court terme.

Décider d'une première action commune (ex : installer une borne à vélo de la mairie proche du quartier, créer un outil pour le covoiturage, un pédibus pour aller à l'école, rabaisser un trottoir pour faciliter une circulation PMR...).

Restitutions possibles :

Photo-reportage : "le chemin de l'école vu par un enfant", affiche avec des photos commentées, enregistrements d'habitant.es, vidéo de la balade, tracé de la balade avec annotations

CALENDRIER DANS LEQUEL PEUT S'INSCRIRE LA BALADE

Évènement	Période	Contenu
Mai à vélo	Mai	https://maiavelo.fr/
Journée mondiale du vélo	3 juin	https://www.journee-mondiale.com/513/journee-mondiale-pour-le-velo.htm
Semaine Européenne de la Mobilité	16 au 22 septembre	https://www.ecologie.gouv.fr/ren-dez-vous/semaine-europeenne-mobilite-0

SITE RESSOURCES

- **Itinéraire vélo en France** : <https://www.francevelotourisme.com/itineraire>
- **Le centre de ressources de la mobilité durable et inclusive**: <https://mobilite-durable-inclusive.fr/>
- **Sommet virtuel de la mobilité durable** : <https://sometvirtuelmobilite.com/>

