



Le guide pratique contient des dizaines d'idées pour aider à réinventer, repenser et réaménager les espaces d'un quartier afin d'encourager l'activité physique et les rapports sociaux. Nous examinons ici la première des sept approches :

# Créer des lieux naturels

Embellir les espaces du quartier avec des plantes, des fleurs ou des graminées afin de les rendre plus attrayants pour y passer du temps ou y pratiquer une activité physique modérée. Voici quelques idées pour commencer :

## 1. Jardinage de guérilla

Trouver un terrain inutilisé (ou peu attrayant) et commencer à planter!



Source : <http://www.guerrillagardening.org/ggtroopdigs.html>

## 2. Partage de cour

Bien des gens n'ont pas d'endroit où jardiner. Serait-il possible d'offrir une partie de notre pelouse à d'autres pour qu'ils la cultivent dans un geste de « **partage de cour** »? Un bon dimanche, on pourrait même partager les fruits (ou les légumes) de notre travail avec les voisins.



Source : Angela Baker, Parkrose Permaculture  
<https://www.instagram.com/p/CBZXUITBVXx>



### 3. Organiser une activité Park(ing) Day

Transformer une place de stationnement en véritable parc! De nombreux quartiers manquent d'espaces verts, mais disposent d'un grand nombre de places de stationnement pour les voitures. Payer le droit de stationnement ou le permis et **suivre les étapes** pour **organiser une activité Park(ing) Day!**



Source : Vue latérale du Park(ing) Day par Green City Munich, deux places de stationnement ont été transformées en un petit parc, par Sandra Wallner, CC-BY-SA-3.0

### 4. Jardins portables et ambulants

Utiliser temporairement l'espace public pour cultiver des aliments. Ces abreuvoirs agricoles créent une zone recyclée parfaite pour la culture des fruits et légumes, car on peut réguler le type de sol et l'eau qu'ils reçoivent. Mieux encore, ils sont facilement transportables à un autre endroit lorsqu'ils sont vides.



Source : Jardinage en abreuvoir, Newfandhound, 2010  
<https://newfandhound.typepad.com/newfandhound/2010/07/water-trough-gardening.html>

#### Encore des idées :

- Lancer un projet de **plantation d'arbres** dans le quartier. Les arbres protègent du soleil et embellissent le quartier. Planter des arbres et des arbustes produisant des fruits comestibles dans les espaces publics et sur les sentiers. Pour en savoir plus sur la règle **3-30-300**.
- Créer un jardin ou un mur végétal (qui peut être déplacé d'une saison à l'autre). Planter des herbes aromatiques et proposer des recettes à base de produits frais.
- Lancer un projet de bacs à fleurs communautaires.
- Créer un club de jardinage et partager des fleurs et des fruits entre voisins.
- Inviter les propriétaires d'immeubles de faible hauteur à créer des jardins individuels surélevés.
- Aider les voisins à jardiner. Cela permet aux personnes de conserver leur autonomie tout en favorisant l'activité physique et les liens sociaux.

Pour en savoir plus sur la dynamisation d'un quartier, consulter le site [activateyourneighbourhood.ca](http://activateyourneighbourhood.ca).