

## POUR UNE VILLE DOUCE

## *POR UMA CIDADE DOCE*

Lise BOURDEAU-LEPAGE<sup>1</sup>

Artigo recebido em 22/03/2022, aceito em 30/05/2022, publicado em 09/06/2022.

### **Mots-clefs:**

*Ville douce; Bien-être; Nature.*

### **RÉSUMÉ**

Dans cet article nous plaidons pour baser la réflexion urbaine sur la notion de ville douce. Un certain nombre d'arguments justifient cette nécessité. Nous les identifions en menant une revue de la littérature dans différentes disciplines: géographie, économie, sociologie, écologie, médecine, psychologie environnementale, aménagement, urbanisme. Nous montrons qu'en mettant l'humain au cœur de la fabrique de la ville, nous sommes amenés à porter une attention toute particulière à l'environnement. Nous révélons qu'une majorité des citoyens vit dans un environnement pollué, congestionné, stressant, déshumanisant, favorisant les maladies chroniques. Nous mettons en évidence la surcharge environnementale dont les citoyens sont victimes, surcharge qui handicape leurs relations avec leurs semblables. Nous soulignons également qu'ils sont exposés à une surcharge virtuelle. Toutes ces raisons expliquent le désir de la nature et le développement d'une conscience écologique des citoyens. Ainsi, nous révélons que cette approche humaniste de la ville permet d'envisager d'une autre manière les défis sociaux et environnementaux qui se présentent à nous. Ensuite, nous dressons un portrait de ce que pourrait être cette ville douce. Pour finir, nous concluons avec quelques considérations sociétales et rappelons qu'il est temps de réconcilier l'homme et l'environnement pour aller vers une société apaisée, moins prédatrice.

### **Resumo:**

*Cidade doce; Bem-estar; Natureza.*

### **RESUMO**

Neste artigo, propomos basear a reflexão urbana a partir da noção da cidade doce. Vários argumentos justificam essa posição. Mostramos que colocando o humano no coração da produção da cidade, somos levados a dar uma atenção especial ao meio ambiente. Nós os identificamos através de uma revisão de literatura em diferentes disciplinas: geografia, economia, sociologia, ecologia, medicina, psicologia ambiental, planejamento, urbanismo. Revelamos que uma maioria dos cidadãos vive em espaços poluídos, populacionalmente densos, estressantes, desumanizadores, favorecendo o aparecimento de doenças crônicas. Destacamos a sobrecarga ambiental da qual os cidadãos são vítimas, sobrecarga esta que prejudica suas relações com seus semelhantes. Enfatizamos também o fato de que estão expostos igualmente a uma sobrecarga virtual. Todas essas razões explicam o desejo de natureza e o desenvolvimento de uma consciência ecológica por parte dos cidadãos. Assim, revelamos que essa abordagem humanista da cidade permite considerar de uma outra

<sup>1</sup> Professeur des universités en géographie. Université Jean Moulin Lyon 3 CNRS, EVS-UMR 5600.

maneira os desafios sociais e ambientais que se apresentam para nós. Descrevemos, em seguida, o que poderia ser essa cidade doce. E finalmente, concluímos com algumas considerações sobre a sociedade, ressaltando que é tempo de reconciliar o homem e o meio ambiente para irmos rumo a uma sociedade mais moderada, menos predatória.

## **1. INTRODUCTION**

À travers l'histoire humaine, les villes évoluent en suivant les transformations civilisationnelles des groupes humains qui les ont édifiées. À chaque période, elles portent en elles les éléments qui animent le système social et reflètent ses structures (Laborit, 1971). Elles présentent par conséquent les traits caractéristiques des groupes humains qui y vivent. Elles sont en quelque sorte le miroir de la société qui les façonne (Bourdeau-Lepage, 2012). Ainsi, les villes d'aujourd'hui résultent de la sédimentation des techniques, des lois, des modes de vie, des croyances et des structures sociales passées et présentes. Leurs formes sont le reflet physique des sociétés actuelles tout en étant le résultat de l'histoire.

Mais la ville peut transformer les rapports humains par sa structuration et avoir une influence sur la société. Ceci car il existe de nombreuses rétroactions entre le milieu bâti et le système social. Par conséquent, appréhender la ville en y plaçant au centre l'humain et son bien-être peut conduire à l'envisager autrement et générer une modification du jeu social mais également de son objectif ultime qui pour certains scientifiques est la conservation de la structure sociale et le profit maximal pour un groupe social particulier.

Cette approche douce de la ville est particulièrement intéressante dans le contexte actuel de crise climatique et de transition écologique. Elle permet de dépasser l'approche technique et productiviste du fait urbain et d'allier certains objectifs jugés la plupart du temps incompatibles: respect de l'environnement, égalité sociale et développement économique.

C'est en croisant des travaux de recherche sur la question urbaine que nous envisageons cette approche douce de l'urbain. Notre recherche s'appuie donc principalement sur une revue de la littérature dans des disciplines variées: géographie, économie, sociologie, écologie, médecine, psychologie environnementale, aménagement, urbanisme.

Ainsi, nous plaiderons pour une ville douce. Nous le ferons car nous considérons que toute politique publique doit avoir comme objectif l'amélioration du bien-être des individus. D'abord, nous présenterons les arguments qui justifient la nécessité de penser autrement la ville et de l'envisager douce. Nous verrons qu'en mettant l'humain au cœur de la fabrique de la ville, nous sommes amenés à porter une attention toute particulière à l'environnement et à tenter de répondre aux défis sociaux et environnementaux qui se présentent à nous. Ensuite, nous brosserons un portrait de ce que pourrait être cette ville douce en présentant ses caractéristiques. Enfin, nous conclurons avec quelques considérations sociétales et rappellerons qu'il est temps de reconcilier l'homme et l'environnement pour aller vers une société apaisée, moins prédatrice.

## 2. DE LA NÉCESSITÉ DE PENSER LA VILLE AUTREMENT

L'urbanisation de l'habitat s'est accélérée au cours du 20<sup>e</sup> siècle, variant de 1,9% à 2,04% par an depuis 2010<sup>2</sup>. L'homme est devenu un *homo urbanus*, c'est-à-dire un individu habitant en milieu urbain (Rifkin, 2001). Or, ce cadre de vie n'est pas vraiment propice à la santé et au bien-être des citoyens et induit un certain nombre d'effets négatifs sur l'environnement.

### 2.1 Surcharge environnementale et besoin d'espaces apaisés

La vie en milieu urbain provoque des comportements qui ont des effets négatifs sur le bien-être des individus. La plupart résultent du niveau élevé de proximité géographique. Dans l'environnement dense qu'est une ville, les individus sont soumis à de nombreux stimuli externes et internes de différentes natures (Milgram, 1970). Ils se trouvent en situation de ce que Moser (2009) nomme la surcharge environnementale, c'est-à-dire qu'ils sont en présence d'un trop plein de stimuli, rendant le traitement de l'information et les interactions très difficiles. Face à cette surcharge environnementale, ils cherchent à se protéger. Ils le font en se repliant sur eux-mêmes et en ignorant les demandes de leurs semblables. C'est ce qui conduit certains chercheurs à dire que la grande ville produit la réserve, l'indifférence à autrui, le repli sur soi et la méfiance vis-à-vis d'autrui (Simmel, 1903). Aussi plus une ville serait-elle grande, plus la vie sociale serait-elle réduite en raison du trop grand nombre de stimuli présents en son sein et de l'incapacité des citoyens à traiter toute l'information (Milgram, 1970). Un des exemples emblématiques de ce phénomène est la pollution sonore.

En ville, le bruit présent peut conduire à un refus de l'individu de s'engager dans une démarche d'assistance (Moser, 1988). Les études de Mathews & Canon (1975) montrent qu'un niveau sonore désagréable et/ou élevé diminue l'aide à autrui et les interactions sociales. L'ambiance sonore, thermique, visuelle que dégage un lieu affecte le niveau de bien-être des individus et leurs relations sociales. Le stress du milieu urbain et la surcharge environnementale réduit la capacité d'aide des individus et par conséquent leurs interactions (Moser, 2009). L'espace dans lequel prennent place les différents types d'échanges matériels et immatériels entre les individus n'est donc pas un simple décor. Il agit sur ces derniers comme les individus interagissent avec leur environnement et le modifient. Certains lieux sont propices au bien-être, permettant notamment l'accomplissement de soi et des relations sociales positives alors que d'autres génèrent du stress et l'indifférence envers autrui. Une situation paradoxale peut parfois s'observer. Alors que l'urbanité renvoie au respect d'un certain nombre de règles tacites de relations à autrui qui définissent l'ordre social, un niveau d'urbanité élevé et une surcharge environnementale porteraient en leur sein la négation de l'urbanité. Ce

---

<sup>2</sup> 4,378,994 d'urbains dans le monde contre 3,383,941 de ruraux (Banque Mondiale, 2020).

mécanisme serait induit en partie par le stress que ce milieu produit sur les individus, affectant leurs relations interpersonnelles et entraînant des comportements d'indifférence vis-à-vis d'autrui. Par conséquent, alors que l'urbain peut se définir comme un individu ayant la capacité de mettre son pas dans celui de l'autre, « la capacité à rencontrer l'autre, à s'adapter aux temps de l'autre » (Paquot, 2009) ou encore comme un individu aux bonnes mœurs, poli, courtois, avec ses semblables, dans un environnement urbain surchargé environnementalement au sens de Moser (2009), l'individu serait incapable de se comporter de cette manière avec les autres. C'est pourquoi, dans certains cas, la proximité peut avoir comme conséquence la perte de ce qui fait l'urbain. Les effets négatifs d'un niveau élevé de proximité en ville ne s'arrêtent pas là.

Promiscuité ou tyrannie d'autrui, congestion et pollution en sont les conséquences classiques. Comme nous l'avons souligné, la qualité du milieu dans lequel évolue l'individu a des effets sur sa manière d'interagir avec ses semblables. Dans un environnement où la proximité géographique permanente est importante, le voisinage de l'autre peut être insupportable pour certains et se transformer en promiscuité. L'autre devient l'enfer. C'est ce que l'on peut nommer la tyrannie d'autrui. Nous l'observons par exemple dans le métro parisien aux heures de pointe. Par sa simple présence, l'autre génère un malaise et du stress entraînant dans certains cas, des situations de détresse et de mal-être. Le phénomène est semblable avec la congestion routière et le temps perdu dans les embouteillages en particulier dans les grandes agglomérations comme Moscou, Istanbul, Bogota, Mexico City, São Paulo, Londres, Rio de Janeiro que les habitants perdent le plus de temps. La concentration humaine a aussi des effets environnementaux.

## 2.2 Dégradations environnementales: le besoin d'espaces sains

Elle peut entraîner de la pollution et l'artificialisation des sols. Ainsi, les grandes villes du monde enregistrent des taux de pollution atmosphérique<sup>3</sup> très élevés, comme New-Delhi, Dakar, Beijing, Abu Dabi, Jakarta, en 2018 (IQAir AirVisual, 2019). Cette pollution a des conséquences sur la santé de leurs habitants.

L'espace bâti qu'est la ville provoque aujourd'hui une forte consommation de terres agricoles, de milieux forestiers, des landes, etc. Cette urbanisation des terres induit une artificialisation des sols par les constructions de bâtiments, d'infrastructures de transport, de réseaux énergétiques, de réseaux d'eau, d'approvisionnements divers, etc. Ces zones artificialisées ont des sols revêtus ou stabilisés (routes, voies ferrées, parkings, chemins...) dont l'imperméabilisation a des effets négatifs sur le cycle de l'eau et son écoulement, augmentant notamment la vulnérabilité des territoires aux inondations. À l'artificialisation des sols, s'ajoutent des effets d'ordre esthétique sur le paysage et l'uniformisation paysagère notamment avec la construction de zones pavillonnaires standardisées. Le choix des espèces végétales utilisées dans les espaces urbains denses

---

<sup>3</sup> Trié par concentration moyenne annuelle de PM2.5 ( $\mu\text{g} / \text{m}^3$ ).

contribue également à l'uniformisation des paysages. Ce phénomène n'est bien sûr pas nouveau. À Paris, presque 45% des 203 579 arbres sont des platanes (42 756), des marronniers (25 250) ou des tilleuls (21 790). À côté de cette perte du charme des lieux, l'urbanisation des sols génère parfois une fragmentation des milieux naturels, provoquant des ruptures dans les écosystèmes et quelquefois, la destruction des continuités des migrations des espèces. Peut alors en résulter une diminution de la biodiversité, l'exclusion de certaines espèces végétales et animales et une modification des écosystèmes (Williams, Hahs, & Vesk, 2015).

La ville actuelle est également source d'un autre phénomène que nous n'avons qu'évoqué et qui génère un certain mal-être du citoyen. La multitude de personnes présentes en ville conduit le citoyen à se sentir anonyme dans son espace de vie. Il va alors rechercher de nouvelles opportunités d'interagir avec ses semblables en s'adonnant à des activités socialisantes comme le jardinage. Ainsi, le désir de l'homme pour l'homme est la source d'un désir de nature, qu'il exprime en ville par le jardinage et la présence des jardins et potagers partagés. Mais cet intérêt croissant pour la nature est aussi le fruit d'autres phénomènes.

### 2.3 Surcharge virtuelle et besoin d'espaces de ralentissement et d'échange en face à face

Aujourd'hui, la vie en milieu urbain est rythmée par le temps de la journée de travail. Avec l'instauration de l'heure universelle, à partir du méridien de Greenwich, en 1911, le temps est devenu mondial. La ville, espace placé sous le signe de la journée de lumière en tant que cadre temporel de la vie publique a cessé d'exister. Le temps de travail qui jusqu'au 19<sup>e</sup> siècle était seulement limité par les exigences de l'économie agricole ou l'autorité ou l'habitude, se mesure et se négocie. Et dans ce mouvement, véritable révolution temporelle, le citoyen perd le contact avec le rythme naturel de la lumière qui est pourtant un élément essentiel pour le bon fonctionnement de son métabolisme. Son rapport à la nuit et au jour se modifie et son rythme de vie s'accélère. Cette accélération s'intensifie avec l'utilisation des nouvelles technologies de l'information et de la communication (NTIC) dans tous les domaines de la vie.

S'il est vrai que les NTIC permettent des interactions à très longue distance, étendant les réseaux sociaux, elles offrent également la possibilité de répondre et de recevoir un message n'importe quand, n'importe où et dans n'importe quelle circonstance. Elles permettent à l'individu à travers les réseaux virtuels d'être en relation continue avec d'autres. Cependant, cette compagnie l'oblige à être en représentation et à répondre aux multiples sollicitations. Cette instantanéité qui caractérise les NTIC entraîne une culture de l'immédiateté (Aubert, 2003). Les relations humaines et leurs formes se transforment. Dans ce mouvement, la sociabilité et l'intimité se reconfigurent. Les relations à distance n'empêchent pas toujours l'individu de se sentir seul. Le rapport au monde, au temps, à l'autre et à soi-même évolue.

Cette présence constante du virtuel dans toutes les sphères de la vie, cette nécessité de s'adapter en continu, de répondre à l'urgence génère du mal-être. Une enquête auprès de 4 000 européens âgés de 16 à 64 ans révèle que « la plupart d'entre eux ont le sentiment de vivre au quotidien sous la pression du temps et de l'urgence » (Ipsos, 2011). Le citoyen ressent le besoin de ralentir. Le ralentissement passe par la déconnexion ou l'utilisation réfléchie des NTIC, la reconnexion à l'environnement naturel, la reconquête de soi et la recherche de contacts en face à face (Jauréguiberry, 2014).

Se développent alors en ville, les activités de plein air comme le jardinage qui permet de reconnecter celui qui le pratique à l'espace et au temps, l'exposant aux rythmes naturels des saisons et au cycle biologique des plantes (Ligny, 2011). Cette pratique est également un moyen de se socialiser en particulier quand elle se fait dans des espaces collectifs comme les jardins partagés. Ainsi, ce que l'on peut qualifier de surcharge virtuelle en écho à la surcharge environnementale de Moser, renforce le désir de nature du citoyen. En 2012, 55,7% des 150 personnes interrogées à Lyon au printemps ont qualifié leur demande de nature de « besoin vital » (Bourdeau-Lepage, & Langlois De Septenville, Sablé, 2012).

Nous venons de le voir une grande partie des citoyens vit dans un environnement pollué, congestionné, stressant, déshumanisant, favorisant les maladies chroniques. Ils subissent une surcharge environnementale qui handicape leurs relations avec leurs semblables. Ils sont victimes d'une surcharge virtuelle. Pour toutes ces raisons, ils recherchent le contact avec la nature et développent une conscience écologique. Ils participent de cette manière au verdissement de la société.

#### 2.4 Le verdissement de la société: le besoin de changer la ville

Au cours de ces deux dernières décennies, la société mondiale prend conscience des effets de ses activités sur l'environnement et particulièrement sur le climat et la biodiversité. L'individu développe une sensibilité écologique (Abdmouleh, 2011). Bien sûr cette prise de conscience n'est pas nouvelle. Cependant alors qu'elle ne touchait jusqu'à présent véritablement que les milieux scientifiques, elle se déploie maintenant à travers la majorité des pays et des catégories sociales. Un changement se produit dans la manière de voir et d'appréhender le rapport de l'homme à l'environnement. Il conduit à envisager autrement le lien avec la nature et la façon de mener les activités.

À l'échelle mondiale, les gouvernements signent des accords pour préserver la biosphère. Ces accords se traduisent en objectifs nationaux et/ou locaux produisant de nouvelles lois ou de nouveaux règlements dont certains relèvent de l'aménagement du territoire. Les manières d'appréhender l'aménagement évoluent. Une attention particulière est portée au végétal, aux corridors écologiques, à la biodiversité, aux effets positifs de la nature en ville, etc. En France, le Grenelle de l'environnement 2 apporte la trame bleue et verte (Mehdi, &

Weber, Di Pietro, Selmi, 2012). La loi pour l'Accès au Logement et un Urbanisme Renouvelé (ALUR) fait évoluer le cadre législatif du schéma de cohérence territoriale et du plan local d'urbanisme pour tenter de limiter l'étalement urbain. La loi de Modernisation de l'Action Publique Territoriale et d'Affirmation des Métropoles souligne l'importance de la biodiversité (Ghorra-Gobin, 2015).

De nombreux acteurs émettent, pour préserver l'environnement, des recommandations en matière de consommation, de production, d'échanges, de déplacements. Sont promus la consommation éco-responsable, le recyclage, les processus de production respectueux de l'environnement, l'agriculture biologique, les circuits courts, le troc, l'utilisation des transports publics, les modes doux (que l'on devrait qualifier d'actifs), etc. Ces changements mènent également à encourager de nouveaux modes de vie ou manières de faire : le ralentissement, le fait maison, le partage de biens telle que la voiture, les outils. Certains résultats d'enquêtes témoignent aussi de cette transformation qui se déploie à travers les différentes strates sociales. L'enquête menée à Lyon, au printemps 2012, révèle que 75% des 150 personnes interrogées dans la rue pensent que le développement de leur ville représente une menace pour la nature<sup>4</sup> (Bourdeau-Lepage *et al.*, 2012).

À côté de ces règlements et engagements internationaux et nationaux, voient le jour de nouveaux labels prônant le respect de l'environnement et des écosystèmes, en particulier dans la gestion des éléments de nature en ville. En France sont créés : en 2006, le label *Espace Végétal Ecologique* d'ECOCERT, *EcoJardin* de Plante & Cité en 2012, ou encore en 2013 *Biodiversity*. Des actions militantes sont également menées en faveur de la biodiversité parmi lesquelles celles liées au plan Ecophyto 2018 comme les actions en faveur de la végétation urbaine spontanée qui en ont découlé (Menozzi, 2014). Le fleurissement participatif et la guérilla jardinière se déploient dans les villes. Les citoyens se transforment en jardiniers, comme à Paris avec le permis de végétaliser<sup>5</sup>. Le désherbage manuel ou thermique est promu. Les gestionnaires modifient leur mode de gestion des espaces verts publics dans les grandes villes françaises. La gestion horticole intensive et mécanisée, homogénéisant le paysage qui avait prévalu jusqu'à très récemment, est remplacée par une gestion dite différenciée (Aggeri, 2004).

Tous ces éléments concourent à défendre l'idée qu'en plaçant au centre de la fabrique de la ville l'Humain, nous sommes amenés à nous pencher sur la question environnementale car comme nous l'avons vu le citoyen développe actuellement un désir de nature. Il se préoccupe de l'effet de ses activités sur l'environnement. Il devient un *homo qualitus*<sup>6</sup>, « un homme qui ne cherche pas à satisfaire seulement son bien-

<sup>4</sup> La question était « Pensez-vous que le développement de votre ville menace la nature ? ». Les interrogés avaient trois réponses possibles : « oui c'est grave », « oui, ce n'est pas grave » et « non ».

<sup>5</sup> « Devenir acteur de la végétalisation en ville », permis qui existe depuis juin 2015.

<sup>6</sup> Évidemment l'adjectif *qualitus* n'existe pas en latin. Il s'agit d'un jeu de mot - en réponse à *homo urbanus* ou *economicus* - avec le terme « qualité » en français, *qualitas* en latin qui signifie : *i)* manière d'être [qualité] et *ii)* ce qui fait la valeur de quelqu'un, l'adjectif latin étant *qualitativus*. Cette idée d'*homo qualitus* a émergé bien avant le 21<sup>e</sup> siècle. Elle est née, en Angleterre, au moment des révolutions industrielles en réaction à la perte de contact avec la nature. L'esthétique du paysage pittoresque est liée à ce processus (Berque, 1994).

être matériel et immatériel, mais fait également de la satisfaction de son désir de nature et de la préservation de son environnement un élément de son bien-être » (Bourdeau-Lepage, 2013). Mais quels seraient les attributs de cette ville douce? Comment pouvons-nous l'envisager?

### 3. À LA VILLE DOUCE

Pour caractériser la ville douce, nous pouvons nous appuyer sur notre imaginaire et les éléments que nous venons d'explorer pour justifier cette nécessité de penser autrement la ville et d'aménager en ménageant l'individu et l'environnement.

#### 3.1 Une ville ouverte

La ville douce se définit comme une ville ouverte. Elle invite l'échange et la diversité. C'est une ville qui a retrouvé une de ses caractéristiques initiales, celle d'être le lieu où se regroupent les hommes « pour être à portée de se voir souvent, et jouir d'une société agréable » (Cantillon, 1755). Une ville, nouvelle agora, où la participation citadine est reine. Une ville qui tient compte des aspirations, des besoins et des rythmes de ses habitants. C'est donc une ville plus juste pour certains membres de la société, en particulier les enfants qui sont largement ignorés dans la ville post-industrielle. Une ville sensible, qui remette à l'honneur les sens de l'homme et l'expérience.

#### 3.2 Une ville résiliente

Une ville qui renoue avec son environnement. Une ville qui cesse d'avoir une attitude prédatrice envers son milieu et prenne en considération les potentialités de la nature, les rythmes naturels de l'homme et du vivant animal et végétal. Une ville qui réduise les dommages induits par l'urbanisation des sols et favorise la biodiversité. De nombreuses mesures peuvent être prises dans ce sens favorisant l'adaptation au changement climatique.

Il est possible de désimperméabiliser certains sols urbains comme par exemple celui des cours de récréation dans les écoles à Paris. Cela conduit à réduire un peu l'îlot de chaleur urbain et améliore le bien-être des citoyens en cas de canicule, en créant des îlots de fraîcheur où les citoyens peuvent venir se réfugier. Certains revêtements de sols peuvent être utilisés comme les pavés en granit gris clair qui présentent un albédo<sup>7</sup> supérieur à celui de l'enrobé noir. Il est aussi envisageable de mettre en place une gestion alternative des eaux

---

<sup>7</sup> L'albédo est le pouvoir de la surface à réfléchir la lumière du soleil.



de pluie en privilégiant l'infiltration dans le sol de cette dernière pour éviter la saturation des égouts et les inondations lors des orages en limitant le ruissellement des eaux de pluie sur des surfaces imperméabilisées. À cette fin, des joints poreux entre les pavés peuvent être utilisés. Alliés à l'élaboration d'un sous-sol à forte capacité d'absorption de l'eau, avec l'installation de grandes cuves qui contribuent à l'irrigation d'arbres implantés de manière dense et resserrée, ce dispositif peut améliorer l'ambiance bioclimatique des lieux en particulier lors des épisodes de canicule, grâce au processus d'évapotranspiration des arbres. Le choix des essences d'arbres est également important. En privilégiant plusieurs essences résistantes aux températures extrêmes et non pas une seule, la biodiversité en ville est favorisée. La végétalisation des trottoirs, des interstices urbains peut aider à donner un peu de fraîcheur en ville.

### 3.3 Une ville sobre

La ville douce est sensible à la nature. Elle se veut sobre.

Elle mobilise les principes vernaculaires des pays méditerranéens pour améliorer le bien-être des citadins : ventilation traversante, captation de l'air depuis les caves. Elle se déploie en utilisant des matériaux de construction biosourcés, bas carbone, locaux comme le pisé à Lyon. À Nanterre, la terre crue a été utilisée dans la construction d'un bâtiment. Cela a permis de réduire la consommation d'énergie pendant la construction. De plus, ce matériau est un régulateur de température et d'hygrométrie. Il réduit la pollution intérieure des bâtiments n'émettant pas de composants organiques dans l'air. Il amortit les sons. Il a donc des effets positifs sur le bien-être des usagers.

### 3.4 Une ville verte centrée sur la santé de ses habitants

La ville douce est une ville verte. Une ville où se déploient les végétaux pour la santé de ses habitants.

Nous savons que la demande de nature en milieu urbain provient en partie d'une reconnaissance des bénéfices que le citoyen peut retirer de la nature et en particulier de la présence du végétal dans son cadre de vie. Par sa simple présence, la nature diminue le stress et la fatigue mentale (Sheets, & Manzer, 1991). Les sons naturels, comme le murmure du vent ou les gazouillements des oiseaux diminuent l'anxiété (Arai, Sakakibara, Ito, Ohshima, Sakakibara, Nishi, Hibino, Niwa, & Kuniyoshi, 2008). Les fleurs, les arbres et les arbustes exercent une action positive sur les individus, leur permettant de se relaxer et d'emmagasiner de l'énergie (Schroeder, & Lewis, 1991).

La ville douce présente donc des paysages thérapeutiques, c'est-à-dire des lieux dont les caractéristiques favorisent la guérison ou le bien-être (Gesler, 1992). Elle est végétalisée ce qui peut aider à

réduire le sentiment de solitude de certains de ses habitants (Maas, & Van Dillen, 2009). Elle est parsemée d'espaces verts pour préserver la santé de ses habitants. Ceci car nous savons qu'habiter à côté d'un espace vert réduit la prévalence de nombreuses maladies comme le mal de dos, les troubles de l'anxiété, les dépressions, l'asthme, les AVC, les migraines (Bouzou, & Marques, 2016).

La ville douce favorise les modes doux de déplacement : marche, vélo, etc. Ces derniers améliorent l'état de santé des usagers et contribuent à réduire la pollution atmosphérique. C'est ainsi une ville du quart d'heure favorable à la rencontre.

#### 4. CONCLUSION

Voici énoncé quelques attributs de la ville douce. Il en existe bien d'autres. L'essentiel est de retenir qu'en choisissant de parler de ville douce, nous avons fait un choix, celui de placer l'Humain et par voie de conséquence son environnement, au centre de la fabrique de la ville.

L'accent est donc mis sur les éléments *soft* plutôt que des éléments *hard*. De cette manière, nous ne mettons pas en avant les éléments techniques et gris que sont les réseaux, les infrastructures de transport, l'artificialisation des espaces, l'imperméabilité des sols. Nous pensons qu'ils correspondent à une manière d'habiter le monde qu'il faut proscrire car elle produit trop d'effets négatifs sur l'environnement et sur les individus. L'anonymat, l'hyper-mobilité, la consommation importante d'énergie, l'uniformisation des formes urbaines, l'exclusion, etc. en sont les signaux forts. Nous choisissons de partir du bien-être de l'individu comme être sensible. Ainsi, la ville douce n'est pas la ville intelligente qui repose sur une approche économique néoclassique. Cependant, la ville douce ne refuse pas la technique.

Elle réconcilie deux des désirs qu'expriment les citoyens aujourd'hui : celui de socialisation et celui de nature. Alors qu'à l'origine l'Homme face à une nature hostile crée la ville et se regroupe en certains lieux pour se défendre, aujourd'hui la ville tisse une alliance avec la nature, poussée par la demande sociale de nature et la nécessité de préserver l'environnement.

Cette nouvelle manière d'envisager la ville, met à l'honneur les différents temps sociaux de la ville et saisit la manière dont ils s'entrelacent, se combinent pour permettre une véritable urbanité, celle de l'individu capable de dialoguer avec tous... dans le but de tendre vers une société accueillante et paisible (i.e. juste, respectueuse, aimable). Il s'agit donc d'aménager autrement, d'aller vers un ménagement de la ville qui facilite tout type d'échange et pas seulement celui des marchandises, un aménagement qui mette à l'honneur la connaissance de soi : la *skole* et la possibilité de s'adapter aux temps de l'autre, de se rapprocher de l'autre. Un aménagement qui ménage l'environnement et permet de modifier la structure sociale et l'objectif sociétal qu'est la recherche du profit maximal indéniablement dans nos sociétés capitalistes.

## 5. RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Abdmouleh, L. (2011). La conscience écologique citoyenne : de la sensibilisation à la participation des actions écophiles. Les cahiers de psychologie politique, 19.

Aggeri, G. (2004). La nature sauvage et champêtre dans les villes : Origine et construction, de la gestion différenciée des espaces verts publics et urbains. Le cas de la ville de Montpellier. Thèse, Paris: ENGREF.

Arai, Y.C., Sakakibara S., Ito A., Ohshima K., Sakakibara T., Nishi T., Hibino S., Niwa, S. Kuniyoshi, K. (2008). Intra-operative natural sound decreases salivary amylase activity of patients undergoing inguinal hernia repair under epidural anesthesia. Acta Anaesthesiol Scandinavica, 52, 987-990.

Aubert, N. (2003). Le Culte de l'urgence. La société malade du temps. Paris: Flammarion.

Banque Mondiale (2020). World urban prospect 2018. disponible: <https://population.un.org/wup/DataQuery/>

Berque, A. (dir.) (1994). Cinq propositions pour une théorie du paysage. Paris: Champ Vallon.

Bourdeau-Lepage, L. (2012). Regards sur la ville, Paris: Economica.

Bourdeau-Lepage, L., & Langlois De Septenville, W. Sablé, T. (2012). La nature en ville. Espaces verts et bien-être. Enquête menée auprès de 150 personnes à Lyon au printemps. Lyon: Université Lyon 3.

Bourdeau-Lepage, L. (2013). Nature en ville, Métropolitiques. disponible: <https://metropolitiques.eu/Nature-s-en-ville.html>

Bouzou, N., & Marques, C. (2016). Les espaces verts urbains, lieu de santé publique, vecteur d'activité économique, Rapport Asteres.

Cantillon, R. (1755). Essai sur la nature du commerce en général. Fletcher Gyles. Réimpression, 1892, Londres: Macmillan.

Gesler, W. (1992). Therapeutic landscapes: medical issues in light of the new cultural geography, Social Science & Medicine, 34(7), 735-746.

Ghorra-Gobin, C. (2015). La métropolisation en question, Paris: PUF.

IQAir AirVisual. (2019). World's most polluted cities 2019. Disponible: <https://www.iqair.com/world-most-polluted-cities>.

Jauréguiberry, F. (2014). La déconnexion aux technologies de communication. Réseaux, 4 (186), 15-49.

Laborit, H. (1971). L'homme et la ville, Paris: Flammarion.

Ligny, S. (2011). Je jardine ma ville, échange avec Sylvie Ligny, Paris: Rue de l'échiquier.

Maas, J., & Van Dillen, S. (2009). Social contacts as a possible mechanism behind the relation between green space and health. Health & Place, 15(2), 586-595.

Mathews, K.E., & Canon, L.K. (1975). Environmental noise level as a determinant of helping behaviour. Journal of Personality and Social Psychology, 32(4), 571-577.

Mehdi, L., & Weber, C. Di Pietro, F. Selmi, W. (2012). Évolution de la place du végétal dans la ville, de l'espace vert à la trame verte. Vertigo 12( 2).

Menzio, M-J. (2014). Les jardins dans la ville : entre nature et culture. Rennes: Presses Universitaires.

Milgram, S. (1970). The Experience of Living in Cities. Science, 167(3924), 1461-1468.

Moser, G. (1988). Urban stress and helping behavior: Effects of environmental overload and noise on behaviour. Journal of Environmental Psychology, 8(4), 287-298.

Moser, G. (2009). Psychologie environnementale. Les relations hommes-environnement. Bruxelles: de Boeck (Ouvertures psychologiques).

Paquot, T. (2009) le temps et la ville in: Paquot T., Nahoum-Grappe V., Defrance B. et S. Cadolle, 2010, Repenser les temps. 2009-2010. Rennes: Ville de Rennes, Bureau des temps.

Rifkin, J. (2001). The Age Of Access: The New Culture of Hypercapitalism, Where All of Life is a Paid-For Experience. New-York: Putnam Publishing Group.

Schroeder, H.W., & Lewis, C. (1991). Psychological Benefits and Costs of Urban Forests. In: Robdell, P.D. (dir.), Proceedings of the Fifth National Urban Forest Conference. Los Angeles, Nov 15-19.

Sheets, V., & Manzer, C. (1991). Affect, cognition and urban vegetation. Some effects of adding trees along city streets. *Environment and Behaviour* 23(3), 283–304.

Simmel, G. (1903). Métropoles et mentalités In : Grafmeyer, Y., & Joseph I. (dir.) (1979) *L'école de Chicago. Naissance de l'écologie urbaine*. Paris: Editions du champ urbain, 61-77.

Unep-Ipsos, (2011). *Le jardin rêvé des Français*. Enquête IPSOS-UNEP.

Williams, N.S., & Hahs, A.K., Vesk, P.A. (2015). Urbanisation, plant traits and the composition of urban floras. *Perspectives in Plant Ecology, Evolution and Systematics*, 17 (1), 78-86.