

Se ressourcer dans la plaine des sports de Bègles

étude

01 / 2026



Se ressourcer dans la plaine des sports de Bègles

1	Présentation du site d'étude	p.5
2	Diagnostic	p.11
	2.1. Grille d'évaluation du potentiel de ressourcement	
	2.2. Approche synthétique du ressourcement	
3	Recommandations	p.25



La plaine des sports de Bègles : se ressourcer dans un environnement contraint

Dans le cadre du plan de prévention du bruit dans l'environnement (PPBE) 2020-2024 de Bordeaux Métropole, l'agence a développé, au titre de la préservation des zones calmes, une méthodologie visant à comprendre le processus de ressourcement, identifier les différents critères d'un espace ressourçant et proposer une typologie d'actions en faveur du ressourcement au sein d'un parc urbain¹.

En 2024, cette méthodologie a été testée sur le bois du Burck à Mérignac. Le PPBE 2025-2029 de Bordeaux Métropole prévoit l'application de cette méthodologie à cinq autres parcs de la métropole².

Au sein de ces parcs, la plaine des sports de Bègles occupe une place à part. En frange de rocade, elle est avant tout un espace multi-sports très plebiscité par les usagers des environs, et, plus largement, de la métropole, pour sa plage aménagée en bord de lac. Bien qu'elle accueille quelques espaces de biodiversité tels que l'aulnaie marquant la zone humide au sud-est du site, elle est fortement anthropisée. Sa fonction de ressourcement doit donc se penser en cohabitation avec ses fonctions sportives et récréatives ainsi que son insertion urbaine en lisière d'infrastructure routière.

La plaine s'organise autour de plusieurs espaces : équipements sportifs, lac et ses abords, et enfin, plusieurs espaces plus naturels, davantage propices au ressourcement. Le site se prolonge, grâce au tunnel sous la rue Louis Blériot, avec le pré Rimbaud, qui présente une ambiance plus champêtre, avec ses jardins partagés et ses vergers. Cette extension bien que modeste par sa taille, offre des aménités propices au ressourcement avec des grands arbres et des bosquets.

Après un diagnostic détaillé, on trouvera dans le présent rapport un certain nombre de recommandations pour amplifier le potentiel de ressourcement de la plaine des sports de Bègles. Une des recommandations phares consiste en la création de lieux de ressourcement dans les espaces les plus abrités de la pollution sonore. Principalement accessibles depuis des cheminements secondaires et situés à distance des équipements sportifs, ces espaces visent à offrir aux usagers des assises permettant de profiter des ambiances visuelles et sonores des différents paysages constitutifs de la plaine (prairie, lac, aulnaie, vergers).

Ces aménagements permettent ainsi de diversifier les usages dans un site très urbain à ce jour majoritairement orienté vers des pratiques saisonnières actives et collectives.

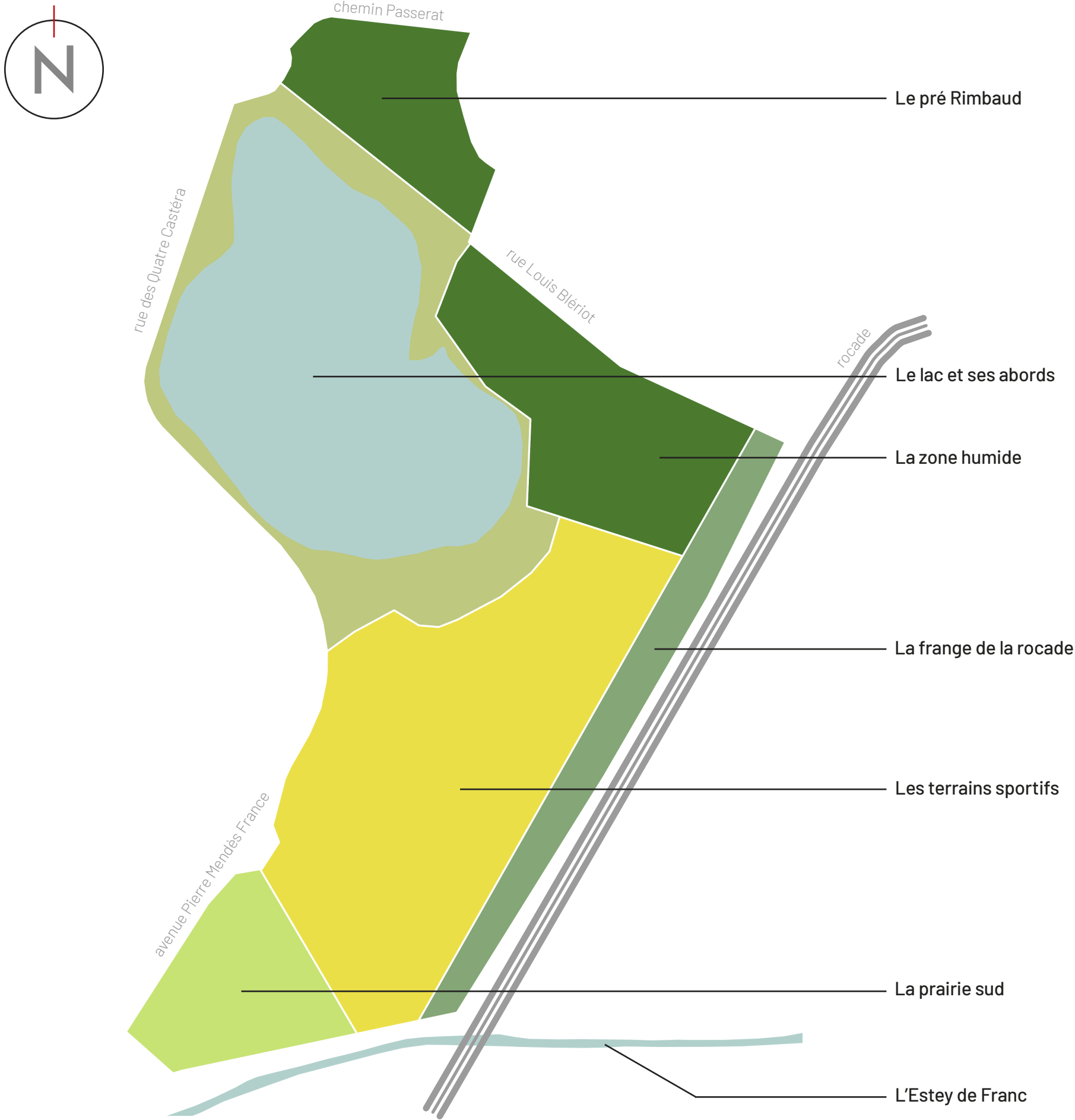
1. <https://www.aurba.org/productions/se-ressourcer-en-milieu-urbain/>

2. Forêt communale du Taillan-Médoc, parc des Berges à Bordeaux, plaine des sports de Bègles, forêt du Bourgaillh à Pessac, domaine de la Burthe à Floirac.

PARTIE 1

Présentation du site d'étude

Schématisation des secteurs de la plaine des sports





La plaine des sports se situe à l'est de la commune de Bègles et affiche une superficie de presque 30 ha en comprenant le pré Rimbaud. Elle accueille lors de la saison estivale un espace de baignade très fréquenté (Bègles Plage) et tout au long de l'année de nombreux terrains de sports : football, rugby, tir à l'arc, volley-ball, pétanque, etc.

Elle est bordée par la rocade sur sa frange est et par l'Estey de Franc sur sa frange sud. L'ensemble du nord du site est occupé par le lac. La pointe nord-ouest du périmètre d'étude abrite le pré Rimbaud, ainsi nommé en souvenir du passé agricole de la plaine, que la création de la rocade, et, conjointement, du lac, a profondément bouleversé.

Les différents périmètres sportifs n'empêchent pas la présence de quelques espaces arborés : alignement de peupliers, micro-forêts diversifiées, aulnaies en bordure des zones humides, chenaies en proximité des terrains sportifs ou encore vergers permettant de trouver des espaces refuges plus apaisés.

Suite à l'adoption d'un schéma directeur d'aménagement du site en janvier 2025, un réaménagement de certains usages est prévu dans les prochaines années, notamment l'ajout d'un skate-park et d'un caniparc. Le travail d'implantation de lieux de ressourcement vise donc à s'insérer dans cette dynamique de projet en cours.

Localisation de la plaine des sports de Bègles au sein de la Métropole bordelaise



Orthophotographie aérienne de la plaine des sports de Bègles et périmètre d'étude



Plaine des sports, ici la vue sur Bègles-Plage



Tunnel reliant les deux espaces

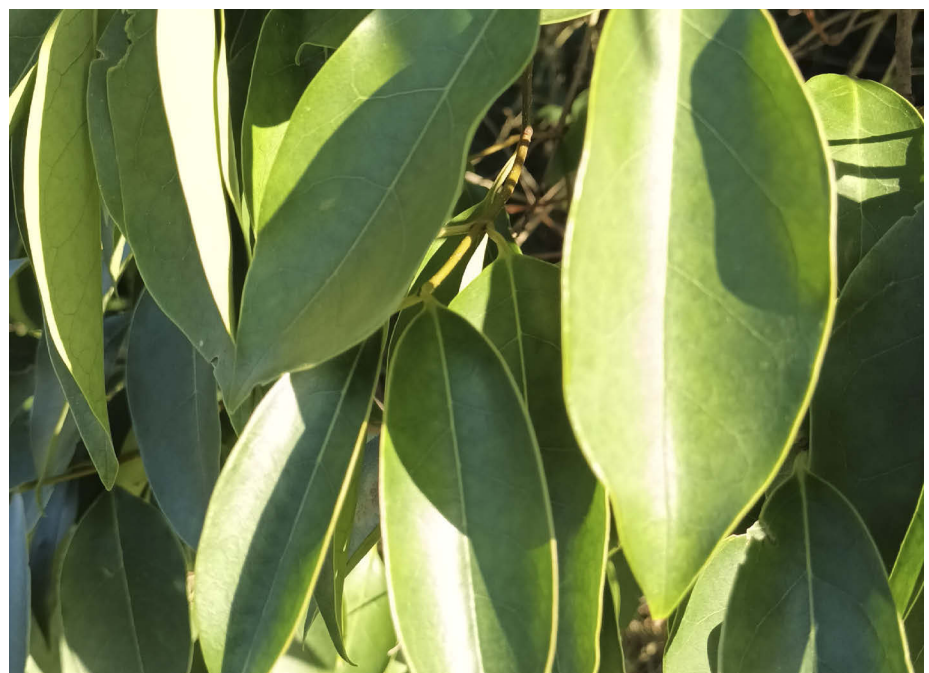


Pré Rimbaud

PARTIE 2

Diagnostic

- 2.1. Grille d'évaluation du potentiel de ressourcement [p.13](#)
- 2.2. Approche synthétique [p.21](#)



2.1. Grille d'évaluation du potentiel de ressourcement

La méthodologie élaborée en 2024 a permis d'identifier l'ensemble des critères favorables au ressourcement au sein d'un parc urbain. On trouvera ci-contre un schéma synthétisant l'organisation proposée pour les critères du ressourcement.

Les critères sont organisés en distinguant :

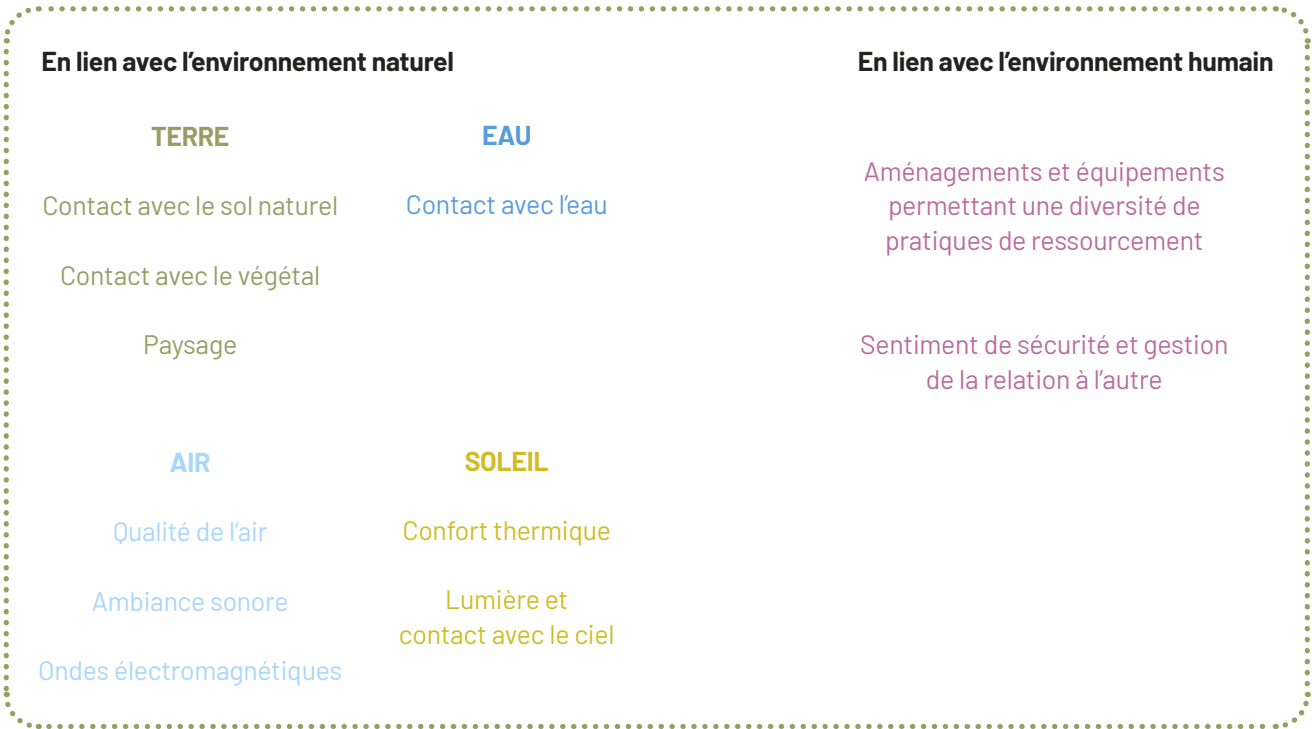
- d'une part, ceux relevant de **l'environnement naturel**, eux-mêmes structurés selon les quatre éléments (terre, eau, air, soleil) ;
- d'autre part, ceux relevant de **l'environnement humain**.

Cette critérisation a donné lieu à l'élaboration d'une grille d'évaluation du potentiel de ressourcement d'un parc urbain, véritable **outil de diagnostic du potentiel de ressourcement d'un parc urbain**. Pour chaque critère, sont précisées les qualités recherchées en termes de traitement du parc et de son environnement proche.

Dans cette grille, les critères propres au ressourcement ont été complétés par un ensemble de critères permettant d'évaluer **l'accessibilité multimodale du parc**, l'accessibilité d'un parc constituant une condition préalable au ressourcement lui-même.

On trouvera, dans les pages qui suivent, la grille renseignée pour la plaine des sports de Bègles.

Les critères du ressourcement



Critères en lien avec le processus de ressourcement

Critères	Qualités recherchées	Observations
Paysage	Alternance entre : - des espaces fermés (immersifs), de type forestier : intensité végétale ; - des espaces ouverts (contemplatifs), de type prairie : vues lointaines sur des éléments de paysage remarquables, profondeur de champ. Traitement des lisières entre ces deux types d’espaces Présence d’œuvres d’art	- Le site s’organise autour d’espaces ouverts entre vues sur le lac, prairies enherbées et jachère fleurie. Il présente donc une absence d’espaces fermés au sens strict. - En effet, sur la majorité du site, la strate arborée s’organise en formations linéaires (lisières de prairies, ripisylve de fossés, abords de la rocade...). Ces espaces peuvent être qualifiés de mixtes (mi-ouverts, mi-fermés). On note en outre quelques micro-forêts en cours de développement et, dans le pré Rimbaud, un bosquet de peupliers matures et quelques vergers, constituant, là aussi, des espaces mi-ouverts, mi-fermés. - Aucune œuvre d’art n’est présente sur le site mais un grand nombre d’équipements sportifs et de loisirs spécialisés sont en fonction (terrains de football, aire de tir à l’arc, aires de jeux, « plage » en lien avec la zone de baignade, etc.) donnant une ambiance paysagère très anthropisée à la plaine.
Contact avec le végétal	Coprésence des trois strates végétales (herbacée/fleurie, arbustive, arborée) Possibilité de s’adosser à un arbre de grand gabarit (pratique des bains de forêt) Diversité végétale (essences, formes, couleurs...) Caractère sauvage tout en rendant visible une intervention humaine, même minimale (gestion extensive des espaces) Possibilité de ramasser des matériaux végétaux pour le jeu libre Odeurs (fleurs, feuilles, terre...) Goût (fruits) <i>N.B. : au stade du diagnostic, il convient de recenser les zones à enjeux écologiques forts, afin d’y éviter toute intrusion humaine, y compris pour les activités liées au ressourcement.</i>	Dans la prairie sud La strate herbacée domine. Quelques beaux sujets (frênes notamment) en lisière apportent une lisière « rassurante ». Dans la zone humide Les ripisylves le long des fossés forment une succession de plans créant une profondeur de champ jusqu’aux vues les plus lointaines sur les plantations du bord du lac. En outre, le rythme des arbres le long des fossés crée des effets de « fenêtres sur le paysage ». Quelques beaux sujets (chênes matures) apportent une présence « rassurante ». Concernant la strate herbacée, les cheminements en tonte apportent une sensation de confort et de douceur. Les champs de phragmites, impénétrables et particulièrement sensibles à l’énergie du vent, renforcent le caractère sauvage des lieux. Les fossés, régulièrement en eau et accueillant une diversité végétale importante, contribuent, eux aussi, à l’ensauvagement du lieu, équilibré par l’intervention humaine sur les cheminements enherbés. Dans le secteur du pré Rimbaud Un ensemble de peupliers matures fabrique une zone à l’aspect très sauvage, qui contraste avec le caractère plus domestiqué et champêtre des vergers attenants aux jardins ouvriers. Globalement, les espaces ouverts de prairie sont gérés par fauchage tardif et tontes de chemins enherbés. Les matériaux naturels – branches, feuillage, pierres... – sont présents et le contact avec le goût se retrouve dans le secteur de vergers et jardins potagers du pré Rimbaud. La zone humide présente un enjeu écologique au niveau des secteurs en eau (phragmitaie, fossés), qui constituent généralement des réservoirs de biodiversité.
Contact avec la terre	Possibilité de s’asseoir ou de s’allonger par terre Possibilité de marcher pieds nus	- La proximité avec le lac invite à s’allonger mais il s’agit d’un secteur très fréquenté. - Il est également possible de s’allonger dans la prairie enherbée au sud selon la période de l’année et son fauchage.

Critères	Qualités recherchées	Observations
Contact avec l'eau	Contact visuel avec l'eau Contact physique avec l'eau (trempage, baignade...)	- La présence du lac et des nombreux fossés en eau selon la saisonnalité rend le contact visuel avec l'eau aisé. Il est même possible de se baigner dans le lac en fonction des modalités d'ouverture estivale de la baignade. - L'Estey de Franc est présent en lisière sud du site mais est invisibilisé par la topographie et le manque de cheminement dédié à son accès depuis la plaine.
Qualité de l'air	En l'absence de mesures sur site, positionnement en classe 1 ou 2 (vigilance) sur la carte stratégique air. Mise à distance des sources olfactives désagréables (gaz d'échappement, gestion des eaux usés, épandages...). Mise à distance des cultures utilisant des pesticides (vignes notamment) Présence limitée d'espèces allergisantes (voir https://www.pollens.fr/ pour liste des espèces allergisantes).	- Le contact immédiat avec la rocade soumet le site à des dépassements des seuils réglementaires de pollution de l'air sur l'ensemble de la frange est de la plaine. - Une station d'épuration est implantée de l'autre côté de la rocade et elle peut avoir un impact olfactif sur la plaine des sports selon l'orientation des vents. - RAS - pas de culture supportant des traitements phytosanitaires. - Les espèces allergisantes sont limitées mais restent présentes : présence individuelle de quelques frênes, aulnes et peupliers et, selon la période, graminées.
Ambiance sonore	Présence de sources sonores d'origine naturelle ☑ En particulier seront recherchés les « bruits de bande » (sons continus dans une bande fréquence donnée) : ruisseau qui coule, multiplicité de chants d'oiseaux, bruit du vent seul ou dans les feuillages... Mise à distance relative des sons d'origine humaine ☑ Afin de prévenir de leur caractère trop intrusif (respect de l'intimité), on veillera à ce que les sons d'origine humaine (discussions, rires, bruits de pas...) restent au second plan sonore. Mise à distance des bruits de la ville ☑ On cherchera à éloigner et minimiser le plus possible les sons d'origine mécanique. <i>N.B. : le respect de ces critères doit théoriquement garantir de situer en dessous du seuil quantitatif 55dB(A) Lden.</i>	Analyse de l'ambiance sonore issue des relevés du laboratoire Passage et des visites de terrain a'urba Sources naturelles : Le matin en semaine est la période temporelle permettant la plus grande écoute des sources naturelles. Il existe une présence marquée d'insectes au sud-est du site, près de la rocade, tandis que le chant des oiseaux se répartit de manière relativement homogène sur l'ensemble de la plaine. Lors des périodes plus animées, voire très animées, comme l'après-midi en week-end, le nord et le sud de la plaine permettent de continuer à écouter les chants d'oiseaux et le bruit du vent dans les feuilles, par exemple au niveau des peupliers du pré Rimbaud. Sources humaines : Elles sont présentes sur l'ensemble de la plaine qui est très investie, particulièrement au niveau des équipements -terrains de sport, aires de jeux, espaces de pique-nique, lac – l'ambiance est animée, rythmée par les voix, les rires et les déplacements des usagers. Sources mécaniques : Le bruit du flux automobile sur la rocade est un bruit mécanique présent en tout point du périmètre d'étude mais qui peut s'apaiser par endroits. La frange est est bien sûr la plus concernée, étant directement au contact de l'infrastructure.
Exposition aux ondes électromagnétiques	Valeurs inférieures aux seuils réglementaires : - radio : 28 V/m - télévision : 31 à 41 V/m - téléphonie mobile : 39 à 61 V/m - lignes haute et très haute tension : 100 µT Pour les ondes radio, télévision, téléphonie mobile, des mesures nationales sont disponibles sur https://www.cartoradio.fr/ Pour les lignes H.T. et T.H.T., RTE peut réaliser des mesures sur demande du maire. A défaut de mesures et au nom du principe de précaution, on évitera de positionner des lieux de ressourcement sous ces lignes.	Des antennes-relais GSM sont présentes en toiture d'immeubles situés en frange ouest du site. Des mesures réalisées rue Yves Montand indiquent des niveaux d'exposition inférieurs aux seuils réglementaires.

Critères	Qualités recherchées	Observations
Confort thermique	Confort d'été : Pleine terre et présence des trois strates végétales avec une canopée contiguë d'au moins 1000 m² Fontaine à boire Contact avec l'eau (Cf. Critère correspondant) / brumisateur Assises et cheminements sous la canopée Confort d'hiver : Assises exposées au soleil (idéalement orientées sud) et protégées des vents du nord et de l'ouest (barrière végétale, mobilier urbain adapté) Cheminements exposés au soleil	- Le site présente quelques micro-îlots de fraîcheur (canopée contiguë d'au moins 1000m²) : peupleraie du pré Rimbaud, ripisylves et lisières de prairies, quelques bosquets entre les stades et le lac. - Des îlots de chaleur importants sont recensés au niveau des terrains synthétiques de la plaine qui ne bénéficient pas d'ombrage et dont les matériaux conservent la chaleur. - Les assises existantes sont concentrées autour du lac et aux abords de la plage. La majorité de ces assises est la plupart du temps exposée au soleil (confort d'hiver). Seules un ensemble d'assises et de tables de pique-nique profite de l'ombre d'un bosquet à proximité de la plage. - Suivant les horaires, les cheminements sont exposés au soleil ou à l'ombre, les espaces sous canopée dense étant restreints. - Seules deux fontaines sont recensées, l'une à côté de la plage du lac et l'autre dans les jardins potagers du pré Rimbaud afin de proposer un point d'eau pour l'arrosage.
Lumière et rapport au ciel	De jour : Espaces ouverts offrant un large contact avec le ciel avec : - cheminements - assises, en particulier orientées à l'est (contact avec le soleil levant) ou à l'ouest (contact avec le soleil couchant) Qualité des jeux de lumière (filtre par le végétal) dans les espaces fermés De nuit : - Lieux de pause avec éclairage artificiel (sentiment de sécurité) - Lieux de pause sans éclairage artificiel (contact avec le ciel étoilé)	- Le site se définit par ses espaces ouverts, le contact avec le ciel y est ainsi permanent. - Le site ne bénéficie d'aucun éclairage artificiel sauf au niveau de ses deux aires de stationnement et pour l'usage des terrains de sports.

Critères	Qualités recherchées	Observations
Gestion de la relation à l'autre et sentiment de sécurité	Possibilité de s'isoler tout en se sentant en sécurité dans les lieux de pause et lieux de pratiques sédentaires : Mise à distance par rapport aux flux principaux et aux lieux d'intensité sociale Information sur la vocation de ressourcement de ces lieux (règles de conduite au sein et aux abords de ces lieux en lien avec la fréquentation du parc) Contact visuel avec une présence humaine (co-visibilité et co-veillance) Adossement des assises à une « barrière végétale » (strate arborée et/ou arbustive) Eclairage nocturne de certains lieux de pause Entretien régulier des espaces Sentiment de sécurité dans les cheminements : Ouvertures latérales (éviter les situations de « corridors » fermés) ; Continuité du réseau (éviter les situations d'impasses) ; Entretien régulier des chemins (sol et végétation envahissante). Considérations générales : Propreté des lieux sur l'ensemble du parc Présence de corbeilles de propreté.	• L'intensité d'usage étant important, le contact visuel avec une présence humaine est permanent. Les secteurs de la prairie au sud et de la zone humide à l'est sont fréquentés mais n'accueillent pas d'équipements sportifs, ce qui les préserve du passage des usagers. • Le passage en tunnel de la plaine des sports vers le pré Rimbaud est bas, sombre et présente une forte présence de toiles d'araignées n'invitant pas à la traversée. • La propreté est assurée manuellement régulièrement et très régulièrement en période d'ouverture de Bègles Plage avec un point de collecte des déchets à proximité du parking.
Aménagements et équipements permettant une diversité de pratiques de ressourcement	Lieux de pause : - Mobilier urbain (bancs, transats...) confortables (maintien du dos et de la nuque), matériaux agréables au toucher, intégration paysagère du mobilier ; - Entretien a minima des espaces ; - « Marquage » du lieu par un arbre de moyen ou grand gabarit. Lieux pour pratiques sédentaires (taichi, yoga...) : - Espace enherbé tondu et plan ou platelage bois entretenu ; - « Marquage » éventuel du lieu par un arbre de moyen ou grand gabarit. Cheminements pour la marche et la course à pied : - Parcours avec revêtements absorbants (terre, stabilisé) en complément des cheminements PMR en dur ; - Bancs offrant des haltes sur le parcours (+ possibilité de s'étirer). <i>Aux qualités intrinsèques de ces espaces, s'ajoutent celles abordées dans les autres critères (confort thermique, contact avec le ciel...).</i>	• Le mobilier urbain est présent surtout autour du lac et au sein des aires de jeux. Il s'agit d'une proposition hétérogène qui comprend des bancs et des tables de pique-nique. Le reste du site n'invite pas à la pause. • Une gestion différenciée est appliquée, orientée par une gestion en fauche tardive. Les espaces de prairies ne sont ainsi accessibles que par les chemins maintenus tondus. Quelques espaces plus généreux au sein de la plaine sud sont tondus et offrent ainsi potentiellement des lieux pour pratiques sédentaires. • Les parcours sont en revêtement poreux stabilisé ou en terre enherbée. Ils sont plus difficiles d'accès pour les personnes à mobilité réduite dans les sections les plus naturelles.

Critères d’accessibilité

Critères	Qualités recherchées	Observations
Jalonnement et éléments de repérage	Nombre et lisibilité des accès. Affichage des horaires et horaires d’affluence. Signalétique à l’entrée du parc (plan, panneaux d’informations...). Fléchage vers les lieux de ressourcement au sein du bois. Présence de jalonnement et nature du jalonnement (indication des lieux, des distances, des temps à pied).	• Les accès se font par l’ensemble des abords de la plaine sauf sur sa frange est limitée par la rocade. • Présence de quelques signalétiques mais pas de fléchage des parcours ou des équipements.
Accessibilité du bois en VP	Lisibilité des itinéraires. Lisibilité des stationnements. Offre de stationnement (nombre de places, répartition, proximité des accès...). Politique de stationnement.	• Le stationnement est prévu pour 46 véhicules dans les deux aires de stationnement et est complété par du stationnement pour les cycles motorisés.
Accessibilité du bois en TC	Présence d’arrêts à proximité (gare, tramway, bus). Distance des arrêts. Amplitude et fréquences des services. Qualité des itinéraires depuis les arrêts. Jalonnements vers le bois depuis les arrêts.	• Le site est desservi par la ligne de bus 73.
Accessibilité du bois à pied	Qualité et sécurité des itinéraires. Existence de trottoirs de qualité : largeur, qualité et entretien du revêtement, encombrement (mobilier urbain, poubelles, stationnement...). Existence de zones apaisées (rues piétonnes, zones 30, zones de rencontre). Présence d’éclairage, de bancs, d’ombre, d’agréments paysagers. Présence de jalonnement et nature du jalonnement (indication des lieux, des distances, des temps à pied).	• Les itinéraires piétons peuvent se faire sur trottoir stabilisé rue des Quatre Castéra.
Accessibilité du bois à vélo	Existence d’aménagements cyclables (et vitesse associée des véhicules particuliers). Continuité des aménagements. Qualité des aménagements. Présence de jalonnement et nature du jalonnement (indication des lieux, des distances, des temps de déplacements à vélo). Présence de stationnement vélo à destination, qualité du stationnement vélo. Existence de services dédiés à destination (stations gonflage, ateliers réparation, locations/prêts de vélos...).	• Aménagement cyclable sur l’ensemble de la commune : 31 kilomètres de voies cyclables. • 60 vélos en free floating. • Présence de la maison du vélo à quelques minutes permettant la révision. • Des arceaux vélos sont présents à deux endroits du site : au sein des équipements sportifs et à proximité de la plage.



Cheminement piéton vers les équipements sportifs



Prairie gérée en fauchage raisonné avec vue sur les stades



Lisières boisées cadrant le regard et propices à la pause



Vue depuis le talus sur l'Estey de Franc



Micro-forêts le long des cheminements piétons secondaires



Zone humide en eau avec ripisylve



Cheminements piétons enherbés dans la zone humide



Accès au lac et vue dégagée sur l'eau



Entrée depuis la plaine des sports vers les vergers et jardins du Pré Rimbaud



2.1. Approche synthétique du ressourcement

La grille de critères du ressourcement peut être ramenée à une grille plus synthétique, en procédant par une approche morphologique du ressourcement, c'est-à-dire une approche fondée sur l'organisation des composantes spatiales d'un parc urbain.

A cet égard, la dualité espaces ouverts (prairies) / espaces fermés (boisements) s'avère particulièrement structurante. En effet, dans cette dualité, se jouent de multiples critères du ressourcement.

Espaces fermés

- Confort thermique d'été
- Contact renforcé avec le végétal
- Intimité renforcée

Espaces ouverts

- Confort thermique d'hiver
- Contact facilité avec la terre
- Contact renforcé avec le ciel

Nous pouvons donc considérer qu'un parc sera ressourçant s'il présente - idéalement - un équilibre entre espaces ouverts et espaces fermés.

Afin de répondre aux différents usages du ressourcement, nous commencerons par installer des cheminements à la fois dans les espaces ouverts et les espaces fermés.

De la même façon, nous installerons ensuite des lieux de pause dans les deux types d'espaces. Nous qualifierons les lieux de pause dans les espaces fermés de lieux de pause immersifs, et ceux dans les espaces ouverts de lieux de pause contemplatifs. Il existe, entre ces deux configurations opposées, une situation intermédiaire, celle de la clairière, qui se prête à l'installation d'un lieu de pause mais aussi d'un lieu de pratiques sédentaires (Yoga, Tai-Chi...) moyennant l'éventuelle installation d'un platelage bois au sol.

La planche ci-contre «met en scène» l'ensemble des types de lieux de ressourcement, tant du point de vue des lieux de pause que des lieux de pratiques sédentaires.

Ces considérations nous conduisent à la grille synthétique du ressourcement présentée page suivante, qui distingue:

- les critères à l'échelle du parc dans son ensemble,
- les critères à l'échelle des lieux d'usage du ressourcement.

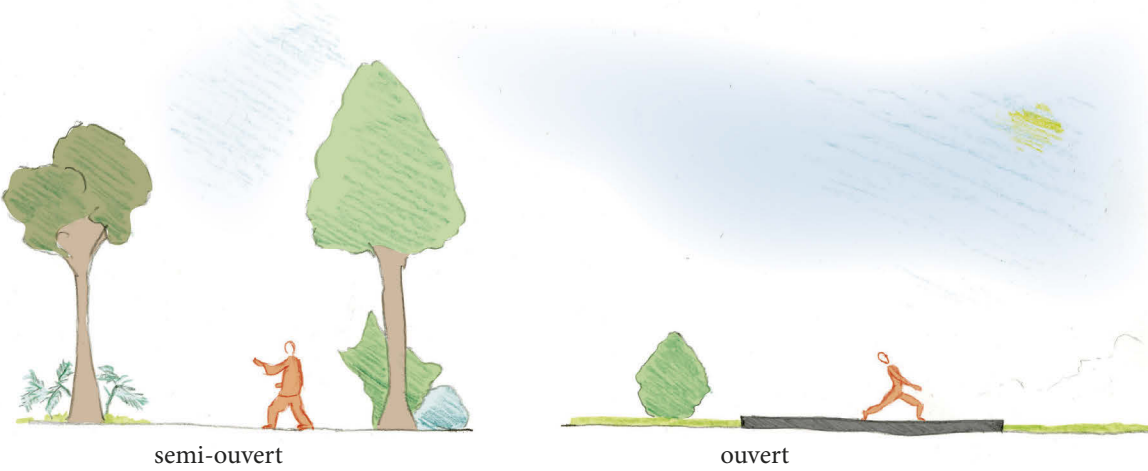
On la trouvera ici renseignée pour le cas particulier de la plaine des sports de Bègles. La carte de la page suivante vise à spatialiser l'ensemble des éléments de diagnostic établis dans cette deuxième partie.

Typologie des lieux de ressourcement

Lieux de pause



Lieux de pratiques



Critères à l'échelle du parc dans son ensemble	Observations
Accessibilité- repérage (Piéton, vélo, TC, VP)	L'accessibilité vers le site est bonne mais tous les espaces internes au site ne sont pas accessibles aux personnes à mobilité réduite.
Préservation du parc vis-à-vis des pollutions et nuisances : • Pollution atmosphérique, pesticides, pollens ; • bruits mécaniques ; • ondes électromagnétiques.	La présence de la rocade est délétère sur la frange est du site. L'ensemble de la plaine est sous l'influence sonore du trafic de la rocade.
Equilibre entre espaces ouverts (prairies) et espaces fermés (boisements) Gestion différenciée des espaces permettant de préserver le caractère sauvage des lieux. Propreté générale du parc	Les espaces sont ouverts à l'exception de quelques espaces mixtes avec de grands arbres. Le lac et les équipements sportifs sont des marqueurs du paysage mais aussi des pratiques. La gestion est différenciée et les espaces les moins fréquentés et plus naturels sont en partie laissés à la biodiversité. La propreté est assurée de façon régulière au sein de la plaine et particulièrement pendant les périodes estivales.
Critères à l'échelle des lieux d'usage du ressourcement	Observations
Présence de lieux de pause dans les espaces ouverts (lieux de pause contemplatifs)	La plaine des sports ne présente pas de lieux de pause contemplatifs à proprement parler (lieux de pause distants des flux piétons et des lieux d'intensité sociale).
Présence de lieux de pause dans les espaces fermés (lieux de pause immersifs et/ou intermédiaires)	Les espaces mixtes ne bénéficient pas de lieux de pause, offrant pourtant des aménités comme la fraîcheur, des ambiances végétales singulières et des périodes de calme plus fréquentes (car à distance relative des pôles animés et des vues).
Présence de lieux de pratiques sédentaires (Taï-Chi, yoga...) (ouverts et/ou semi-ouverts)	La plaine ne bénéficie pas de lieu officiel pour les pratiques sédentaires mais elles peuvent être pratiquées dans la prairie tondue.
Présence de cheminements dans les espaces ouverts et en lisière ouverte des boisements	Les cheminements en stabilisé sont organisés sous forme de « boucles » (tour du lac, abords des stades). Les assises sont concentrées autour du lac, elles sont principalement exposées au soleil.
Présence de cheminements dans les espaces fermés	Dans les espaces mixtes, les cheminements sont essentiellement marqués par une tonte sélective, sauf dans le pré Rimbaud, où ils sont en stabilisé. Les parties les plus naturelles (généralement ombragées) n'offrent pas d'assises le long des parcours et leur accès peut être entravé par la végétation ou la présence de l'eau selon la saisonnalité.



- périmètre d'étude

Accessibilité

 - accès
 - parking
 - arceaux vélos
 - arrêt de transports en commun
 - ligne de transports en commun
- Environnement général**

 - ambiance sonore la moins ressourceante
 - frange soumise à l'influence de la rocade (seuils de pollution de l'air dépassés)
 - station d'épuration
 - pollens
 - ambiance sonore la plus ressourceante
 - verger
 - micro-forêt
 - zone humide à enjeux écologiques
 - lac et cours d'eau
- Cheminements et leurs abords**

 - îlot de chaleur
 - vue remarquable
 - espace sous canopée
 - assise au soleil
 - assise sous canopée
 - fontaine
 - lampadaire



La zone humide, en eau selon les saisons, permet d'être en lien avec un environnement particulièrement naturel dans une plaine des sports très anthropisée.



PARTIE 3

Recommandations

La grille de diagnostic synthétique nous offre un cadre pour formuler un certain nombre de recommandations visant à augmenter le potentiel de ressourcement de la plaine des sports, en travaillant sur les points faibles et en valorisant les opportunités identifiées dans le diagnostic.

La carte ci-contre propose une spatialisation de ces recommandations. Elle est complétée par quelques photos de référence illustrant certaines des recommandations.

Critères à l'échelle du parc dans son ensemble	Propositions
Accessibilité-repérage (Piéton, vélo, TC, VP)	Rendre hospitalier le franchissement en tunnel sous la rue Louis Blériot par sa mise en lumière et une intervention artistique. Compléter le plan de situation de la plaine avec les lieux de ressourcement créés et travailler l'accessibilité des lieux de ressourcement créés pour les personnes à mobilité réduite. Repérer les emplacements des lieux de ressourcement par des panneaux pédagogiques de type pupitres inclinés afin d'expliquer la démarche aux futurs usagers.
Préservation du parc vis-à-vis des pollutions et nuisances : • pollution atmosphérique, pesticides, pollens ; • bruits mécaniques ; • ondes électromagnétiques.	Possibilité d'intégrer, au niveau de certaines entrées, un panneau d'information avec les périodes de pollinisation des essences allergènes.
Equilibre entre espaces ouverts (prairies) et espaces fermés (boisements) Gestion différenciée des espaces permettant de préserver le caractère sauvage des lieux. Propreté générale du parc	Gérer les prairies humides à l'est du site grâce à une activité pastorale afin d'éviter la fermeture complète de ces zones ouvertes propices au ressourcement. Renouveler les ripisylves de la zone humide par la plantation d'espèces hygrophyles et ménager la végétation spontanée des fossés lors de leur entretien. Intensifier le couvert arboré de la pointe de la prairie sud et de l'alignement de peupliers en frange de la rocade. Paysager les vues sur les équipements sportifs depuis les cheminements. Lutter contre les espèces exogènes et veiller à ne pas les introduire (interroger à ce titre l'implantation de l'eucalyptus dans les micro-forêts). Équiper la plaine de fontaines afin de répondre aux différentes pratiques dont celles tournées vers le ressourcement.
Critères à l'échelle des lieux d'usage du ressourcement	Propositions
Présence de lieux de pause dans les espaces ouverts (lieux de pause contemplatifs)	Créer des lieux de ressourcement dans les espaces ouverts afin d'orienter le regard vers les vues sur la prairie et les vergers, favoriser la pause dans des espaces calmes et rafraîchis par l'ombre des arbres. En complément, il est proposé d'installer des bancs ombragés aux abords des stades de football, pour le confort des spectateurs occasionnels des matchs ou des entraînements.
Présence de lieux de pause dans les espaces fermés (lieux de pause immersifs et/ou intermédiaires)	Il n'existe pas d'espace à proprement fermé au sein de la plaine des sports. Certains espaces s'apparentent à des espaces mixtes car présentant de grands arbres, souvent le fruit des aulnaies ou de la plantation de spécimens comme les peupliers. Créer des lieux de ressourcement dans les espaces mixtes afin que ceux-ci bénéficient des qualités de ces espaces : présence d'arbres de grande hauteur, jeux de lumière dans les feuillages, vues lointaines et profondeurs de champ, effet « fenêtre » sur les aménités naturelles de la plaine (zone humide, lac). Les emplacements des lieux de ressourcement mixtes ont également été sélectionnés pour le sentiment d'intimité et de sécurité qu'ils produisent en étant adossés à un arbre de grand gabarit et/ou un fossé, tout en ayant un contact visuel possible avec d'autres usagers au loin. En complément, il est proposé d'installer des tables de pique-nique sous les chênes bordant le stade de rugby, pour le confort des spectateurs occasionnels des matchs ou des entraînements.
Présence de lieux de pratiques sédentaires (Taï-Chi, yoga...) (ouverts et/ou semi-ouverts)	En lisière de la zone humide, installer un platelage bois afin de favoriser les pratiques sédentaires ressourçantes et le repos en s'allongeant, tout en veillant à un entretien facilité en dessous du mobilier.
Présence de cheminements dans les espaces ouverts et en lisière ouverte des boisements	Permettre l'ombrage de certaines assises ponctuant le parcours piéton autour du lac.
Présence de cheminements dans les espaces fermés	RAS



----- périmètre d'étude

Projet

Lieux de ressourcement

- ★ contemplatif
- mixte : contemplatif/immersif
- ▲ pratiques : platelage

Aménagements en faveur du ressourcement

- assise à créer (banquette, table de pique-nique)
- fontaine à créer
- ▲ tunnel à requalifier
- plantations à développer
- parcours adapté aux Personnes à Mobilité Réduite à consolider
- gestion agro-pastorale à instaurer

Équipement des lieux de ressourcement



Banc en pierre à dossier bois

Les bancs en pierre/béton sont installés dans la zone humide, régulièrement en eau lors de la saison hivernale. Ils sont équipés d'un dossier en bois pour le confort et la relaxation. Une vigilance particulière doit être portée à la hauteur de l'assise et au positionnement d'un accoudoir sur l'un des côtés afin de faciliter l'accès à tous.



Pupitre bois © ONF Vegetis

Chaque pupitre est pensé à vocation pédagogique pour informer les usagers sur le fonctionnement et les vertus d'un lieu de ressourcement. Celui-ci est positionné à hauteur du banc afin de ne pas bloquer le regard et maintenir un paysage ouvert et naturel autour de l'assise.



Banquette bois

La banquette permet de s'asseoir et s'allonger dans divers lieux de la plaine. Si plusieurs sont installées, leurs emplacements sont pensés afin de proposer des vues variées. Une vigilance particulière doit être portée à la hauteur de l'assise et au positionnement d'un accoudoir sur l'un des côtés afin de faciliter l'accès de celle-ci à tous.



Platelage bois

La plateforme est installée afin de proposer un lieu pour les pratiques actives (yoga, tai-chi) de ressourcement. Celle-ci doit être d'une hauteur suffisante par rapport au sol afin de permettre l'entretien de la végétation en dessous du platelage.

Chef de projet : Bob Clément

Sous la direction de : Sophie Haddak-Bayce

Équipe projet : Dimitri Boutleux, Catherine Cassou-Mounat, Marie Duchêne

Photographies © a'urba sauf mention contraire.

Bien que tous les efforts possibles aient été effectués pour entrer en contact avec les propriétaires des droits d'auteurs des illustrations et photos figurant dans cette étude, nous n'avons pas toujours réussi à les retrouver. Si une de vos illustrations ou photos apparaît ici sans copyright, veuillez-nous en avertir.