

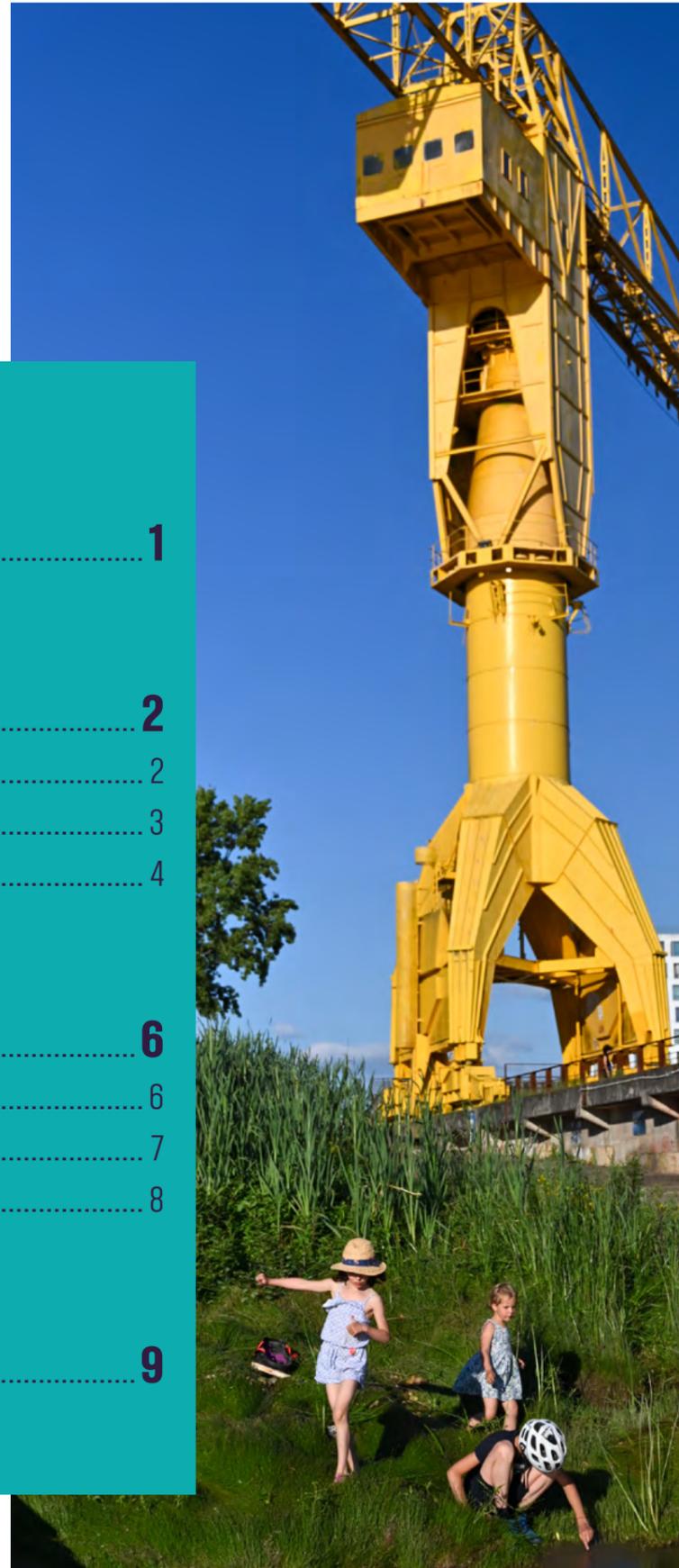


LAB CITOYEN

Cap vers un mode de vie
bas carbone

JUILLET 2025

1. INTRODUCTION



La participation citoyenne fait partie de l'ADN de l'île de Nantes et cette deuxième édition du Lab Citoyen s'inscrit dans la lignée des précédents ateliers citoyens organisés par la Samoa.

1.	INTRODUCTION	1
2.	DÉMARCHE	2
	Profils des participants.....	2
	Calendrier.....	3
	Méthode.....	4
3.	CARTES THÉMATIQUES	6
	Alimentation.....	6
	Mobilité.....	7
	Loisirs.....	8
4.	SYNTHÈSE	9

Tout comme le premier Lab Citoyen, cette deuxième édition s'inspire de l'envie partagée de créer une île durable au cœur de la métropole nantaise, qui réponde aux défis climatiques et sociétaux de demain.

Avec sa stratégie climat, la Samoa s'engage vers une transformation des approches de conception et de fabrication de la ville. L'objectif est d'impulser le changement pour favoriser de nouveaux modes de vie et ainsi atteindre les objectifs des accords de Paris : 2 tonnes équivalent CO₂ par habitant d'ici 2050 (en 2024, l'empreinte carbone d'un français est d'environ 10 tonnes eq. CO₂ ; nous devons donc la diviser par 5).

Concrètement, la Samoa prévoit d'agir sur tous les modes de vie sur l'île de Nantes : déplacement, logement, alimentation, travail, consommation et loisirs.

Si la Samoa a un rôle à jouer en tant qu'aménageur, les citoyens ont aussi un défi à relever. En effet, notre quotidien, nos choix individuels et nos pratiques collectives caractérisent nos modes de vie. Ceux-ci ont un impact significatif sur le réchauffement climatique qui s'opère aujourd'hui et doivent évoluer.

Depuis avril 2023 la Samoa s'est engagée dans le programme « défis climat » aux côtés de Nantes Métropole*. En articulant temps collectifs auprès de professionnels et défis individuels, ce programme

invite les citoyens à faire évoluer leurs habitudes pour réduire leur empreinte carbone et améliorer leur qualité de vie. Les défis climat représentent une opportunité de mobiliser habitants et actifs de l'île de Nantes, tout en testant concrètement une ambition forte de la stratégie climat : rendre les modes de vie bas-carbone possibles et désirables.

Le Lab Citoyen « Cap vers un mode de vie bas-carbone » se situe donc à la croisée des défis climat et de la dynamique participative de l'île de Nantes.

Le panel du Lab Citoyen a exploré trois grands thèmes : alimentation, mobilités et loisirs. En alternant défis individuels et ateliers d'échange en groupe, les participants ont contribué à identifier les freins au changement et à valoriser les leviers d'action spécifiques à l'île de Nantes. Ce travail participe aux réflexions sur les prochaines étapes de conception du projet urbain et sera poursuivi par l'équipe de maîtrise d'œuvre menée par l'agence D'Ici Là.

** Les défis climat sont portés par Nantes métropole et ses partenaires : Samoa, Nantes Université, Dirigeants Responsables Océan Loire Atlantique Vendée, Alisée, Hespull et Université Gustave Eiffel. Les défis climat sont issus du programme Pilot Cities et financés par l'Union Européenne sur la période avril 2023 - mai 2025.*

2. DÉMARCHE DU LAB CITOYEN



PROFILS DES PARTICIPANTS

Qui compose le Lab Citoyen ?

Un groupe diversifié et paritaire de 23 participants avec des pratiques et des usages différents. Constitué à partir d'un appel à candidatures, les participants incarnent un panel varié où plusieurs profils sont représentés : âges, lieux de vie, catégories socioprofessionnelles, participation à d'autres dispositifs de concertation, pratiques personnelles, régimes alimentaires, conditions de logement.

Quelques chiffres

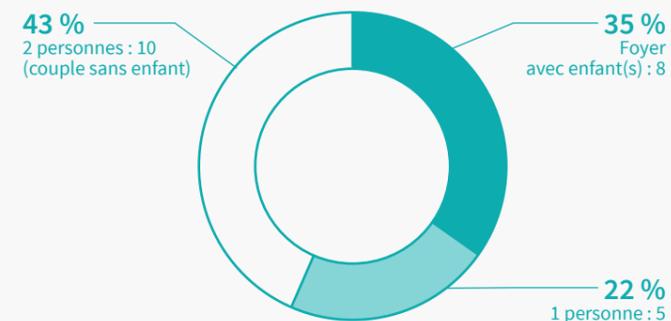
2/3 des participants sont propriétaires de leur logement, 11 ne possèdent pas de voitures, 2 consomment de la viande tous les jours et 2 autres sont végétariens

Lors du lancement du Lab Citoyen, tous les participants ont réalisé un bilan carbone via l'outil « nos gestes climat » développé par l'Ademe et également utilisé au sein des défis Climat. Les résultats vont de 3,6 tonnes eq. CO₂ à 10,6 tonnes eq. CO₂. La moyenne des participants se situe à 5,8 tonnes eq. CO₂.

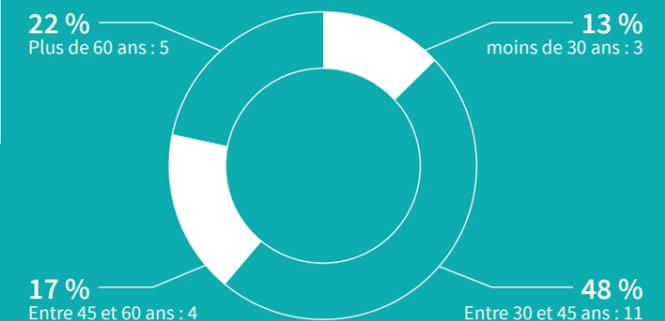
Un grand merci à

Mar AM., Thierry A., Denis B., Arthur B., Françoise C., Amélie D., Romane D., Guy-Laurent DV., Celia E., Yann H., Yann L., Romain LG., Martine L., Camille M., Maud MS., Sarah M., Kilian N., Marie-Paule L., Frédéric P., Tiphaine P., Alexandre R., Adèle R., Rozalia S. et Thibaut C.

Composition familiale



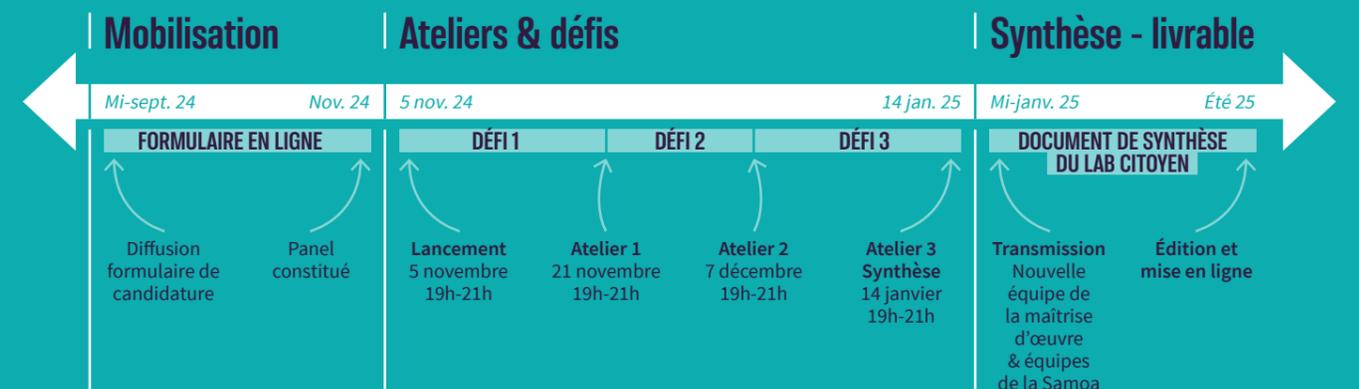
Âge des participants



Catégorie socio-professionnelle

0	Ouvrier-e
0	Étudiant-e
0	Profession intermédiaire
0	Artisan-e / Commerçant-e / Chef-fe entreprise
1	Agriculteur / Agricultrice exploitant-e
2	Sans activité professionnelle
3	Retraité-e
5	Employé-e
12	Cadre et profession intellectuelle supérieure

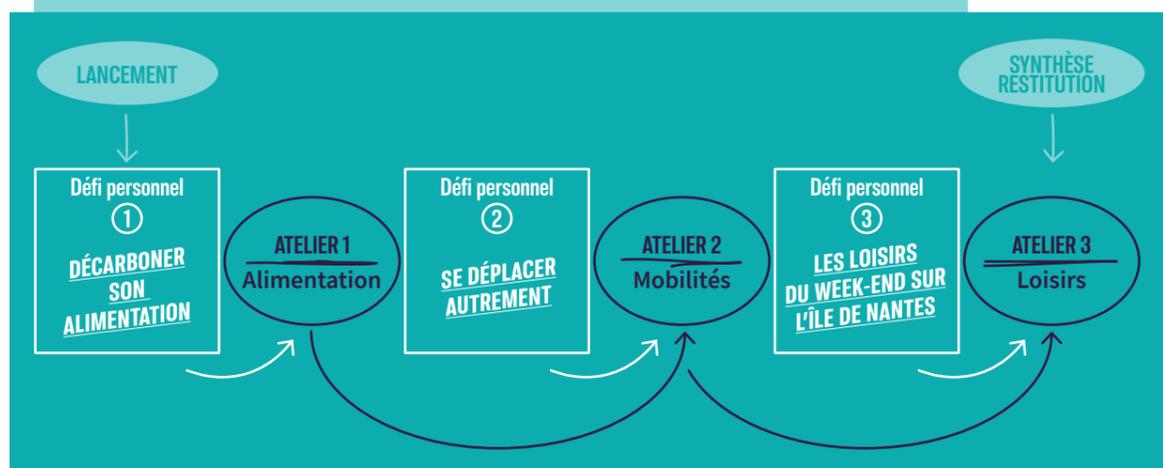
CALENDRIER



MÉTHODE

Trois thèmes sont abordés durant ce Lab Citoyen : l'alimentation, les mobilités et les loisirs.

Pour chaque thème et en amont de chaque atelier il est demandé aux participants d'éprouver leurs habitudes en fonction de leurs modes de vie et de relever les défis suivants :



1. Décarboner son alimentation

- Semaine 1 : manger local et de saison
- Semaine 2 : manger des plats végétariens

Il est possible d'aller plus loin en questionnant sa gestion des déchets (courses en vrac, réduction des déchets ménagers...) ou encore sa consommation de produits importés bien ancrés dans nos modes de vie (café, thé, chocolat). De tester des méthodes de conservation différentes pour stocker des bocaux chez soi, de faire ses courses à vélo ou encore de privilégier le circuit court (amap, ferme, marché de producteurs...)

2. Se déplacer autrement

- Durant 1 semaine et 1 week-end : se passer de voiture / expérimenter d'autres mobilités

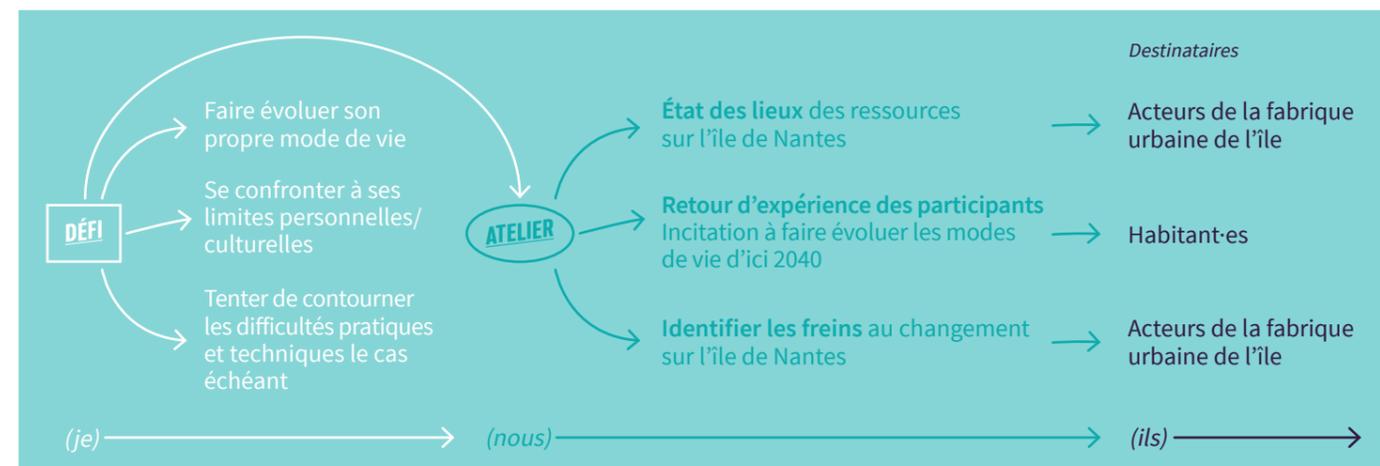
Pour aller plus loin il est possible d'augmenter volontairement ses trajets piétons ou de faire des trajets exceptionnels à vélo (magasin de bricolage, transport de charges lourdes ou volumineuses, trajets en périphérie...)

Le week-end est également un temps d'exploration : pourquoi pas aller à la mer en train ?

3. Réaliser ses loisirs sur l'île de Nantes

- Durant 2 week-ends, relocaliser ses loisirs sur l'île de Nantes et explorer les thématiques suivantes : se cultiver, se divertir, se nourrir, se reposer, se dépenser, se rassembler, écouter, observer

Pour aller plus loin il est possible d'impliquer d'autres personnes de son entourage ou même de s'investir dans un collectif (groupe d'habitants, association...)



À l'occasion des ateliers collectifs, le Lab Citoyen est amené à :

→ **Échanger autour des difficultés rencontrées** lors des défis individuels, des astuces ou des solutions trouvées.

En recontextualisant les pratiques de chacun sur l'île de Nantes, trois cartes thématiques sont réalisées par les participants et dressent un état des lieux des leviers existants sur l'île et des freins identifiés :

→ **Réfléchir collectivement** à la manière dont les freins pourraient être levés ou comment les leviers existants pourraient être améliorés voire amplifiés.

Ces préconisations sont rassemblées dans un tableau synthétique (voir p. 11).

Quelles suites à ce travail ?

Le travail et les préconisations du Lab Citoyen permettront d'enrichir le travail mené par la Samoa et ses partenaires.

En effet, l'île de Nantes entre dans une nouvelle étape de son histoire : le groupement D'ICI LA / Georges / H2O assure depuis janvier 2025, pour les 8 prochaines années (2025-2032), la maîtrise d'œuvre urbaine de l'île de Nantes.

Ce 4^e chapitre de la transformation urbaine de l'île de Nantes s'inscrit dans la feuille de route adoptée par les élus métropolitains à l'issue du Grand débat « Fabrique de nos villes » en avril 2024 et adopte les partis pris suivants :

- **bifurcation écologique,**
- **participation citoyenne,**
- **proximité,**
- **protection,**
- **logements,**
- **sobriété.**

La bifurcation écologique ne se fera pas sans les habitants et les acteurs du territoire. Nantes Métropole et la Samoa ont donc souhaité que les habitants et les usagers soient associés dès l'amont, à la conception du projet urbain, puis tout au long de sa mise en œuvre.

Co-construire l'île de Nantes

Pour faire participer les habitants et usagers de l'île et plus largement les habitants de la métropole au dessin des futurs quartiers de l'île, la participation citoyenne s'organise autour de trois dispositifs complémentaires :

→ 1. L'Assemblée de l'île

débattra des grandes orientations stratégiques et se prononcera sur des sujets à hauts enjeux.

→ 2. La Perm'

lieu ouvert au grand public, animé par l'équipe de maîtrise d'œuvre, permettra à l'équipe d'écouter et de recueillir les propositions et idées des citoyens.

→ 3. Des tests in-situ

à partir des échanges et contributions de l'Assemblée de l'île, des dispositifs seront mis en œuvre pour tester les manières de rendre concrètes les ambitions de bifurcation écologique dans les pratiques quotidiennes des habitants et usagers de l'île de Nantes.



3. CARTES THÉMATIQUES

Réalisées avec la contribution des membres du LAB, ces cartes proposent un premier inventaire du territoire et donnent à voir des pistes pour passer à l'action.

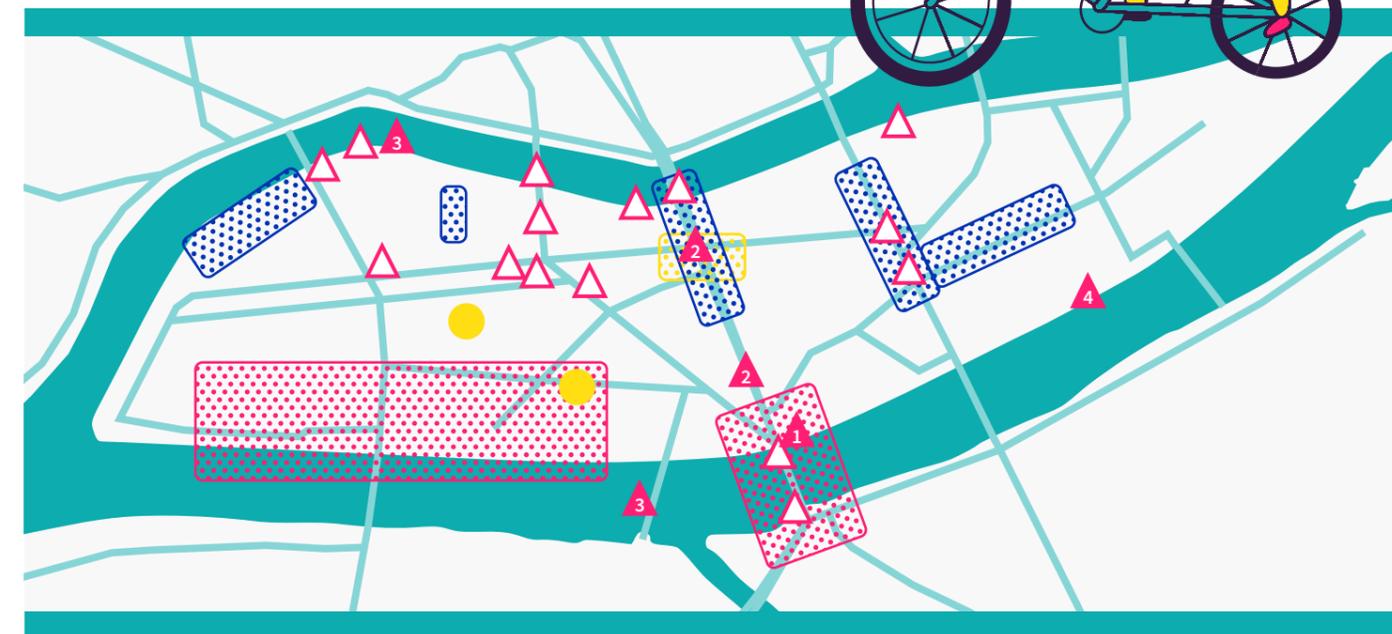


DÉCARBONER SON ALIMENTATION



- | | | | | |
|-------------------------|---------------------------|-------------------|--------------------------------|---------------------------------------|
| 1 Domaine Vigneron | 9 Ô Bocal | 17 Monoprix | 25 Fresh | 32 Boulangerie |
| 2 Biocoop | 10 Talensac | 18 Carrefour city | 26 Bon d'ici | 33 Solilab |
| 3 Wattignies/Marché | 11 Marché Petite Hollande | 19 Nous antigaspi | 27 King Market | 34 Marché Prairie au Duc |
| 4 Lidl | 12 Chlorophylle | 20 Tapage | 28 Intermarché Saint-Sébastien | H Lieux d'habitation des participants |
| 5 Barnabé | 13 5 parts | 21 Labo Diva | 29 Spar Mangin | T Lieux de travail des participants |
| 6 Maison | 14 Marché des Arts | 22 Sauve ton bio | 30 Boulangerie Jean | E École |
| 7 Painbar | 15 La laiterie nantaise | 23 Atout Sud | 31 Carrefour | |
| 8 À table Naturellement | 16 Petit casino | 24 Scopéli | | |

SE DÉPLACER AUTREMENT



Difficultés localisées pour les déplacements à vélo

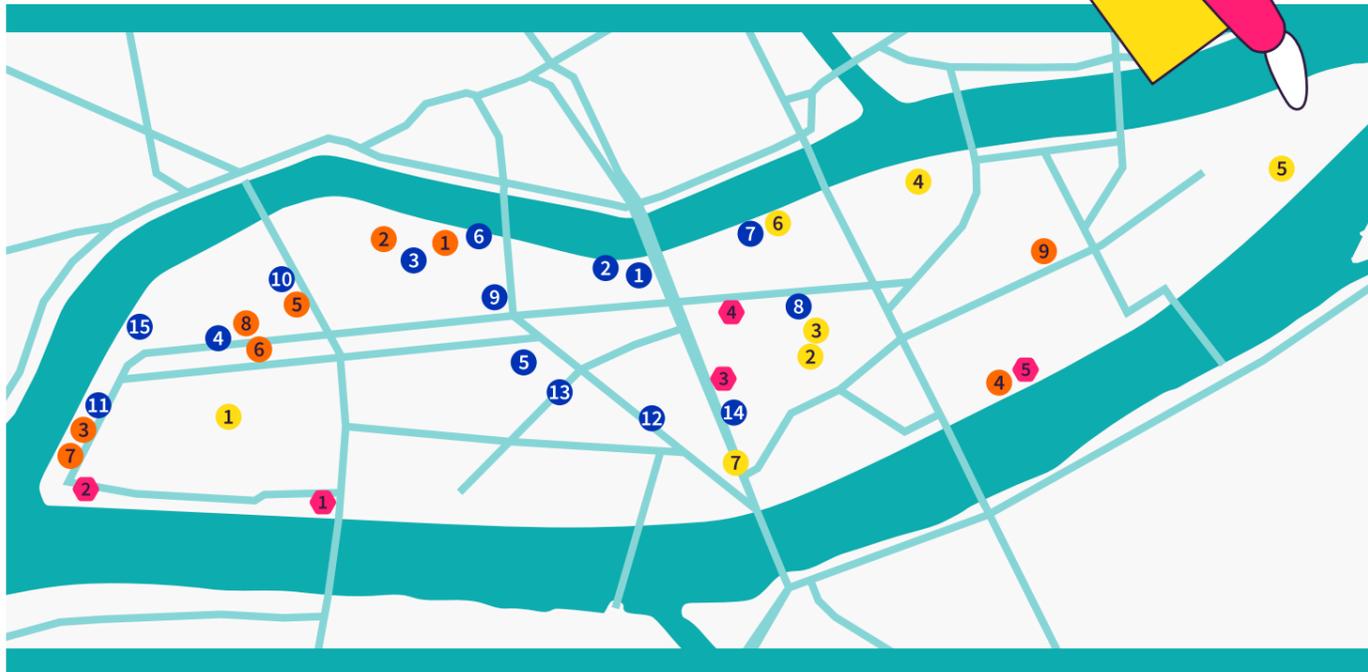
- | | | | | |
|-----------------------|---|-----------------------|--|----------------------|
| Danger pour les vélos | Danger : cyclistes situés dans l'angle mort | Conflit : piéton-vélo | Partage voie piétonne/vélos sur espace réduit (vélo pied à terre dans un cas, place limitée pour les piétons dans l'autre) | Confusion des usages |
|-----------------------|---|-----------------------|--|----------------------|

Difficultés localisées pour les déplacements piétons

- | | | | |
|---------------------------------|------------------|--|----------------------------------|
| Traversées piétonnes difficiles | Zones en travaux | Problématiques de confort thermique/fortes chaleurs en été | Qualité des secteurs à améliorer |
|---------------------------------|------------------|--|----------------------------------|

4. SYNTHÈSE ET PRÉCONISATIONS

RÉALISER SES LOISIRS EN PROXIMITÉ



Préconisations

- 1 Création d'un beergarden au Hangar 24 et une mini big forest pour réduire les bruits de la circulation
- 2 Création d'un espace enherbé pour se reposer
- 3 Création d'une antenne de la médiathèque
- 4 Création d'un espace couvert pour le sport
- 5 Création d'une salle de projection

Sportifs

- 1 Mur de tennis
- 2 Gymnase des Neptunes
- 3 Court de tennis
- 4 Stade Arena
- 5 Accrobranche
- 6 Table de ping-pong
- 7 Salle de sport quartier Mangin

Culture

- 1 ENSA
- 2 Beaux Arts
- 3 FRAC/Hab Galerie
- 4 Théâtre Beaulieu
- 5 Stéréolux
- 6 Maison de l'Europe
- 7 Théâtre 100 noms
- 8 Théâtre La Cachette
- 9 Conservatoire de musique

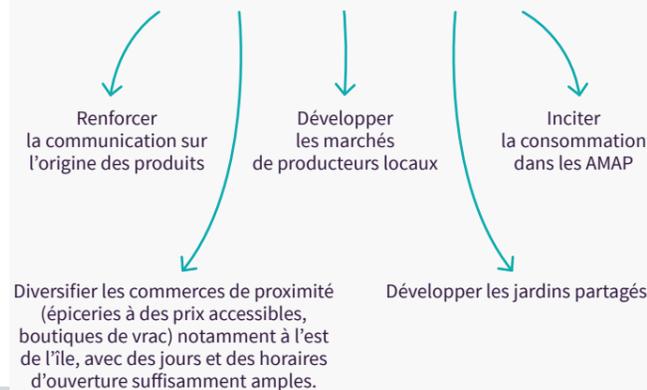
Convivial/Festif

- 1 La Maison du jeu
- 2 La Maison de quartier
- 3 Magmaa/ Skate et Danse
- 4 Le marché boulevard de la prairie au Duc
- 5 Bar Tapage
- 6 Bar l'Absence
- 7 Belvédère
- 8 Le sémaphore
- 9 Le marché des Arts
- 10 Nefs
- 11 Hangar à bananes
- 12 Restaurant La Plaisir
- 13 Restaurant des Cinq Ponts
- 14 Le Wattignies
- 15 La Cantine du Voyage

1. L'ALIMENTATION DÉCARBONÉE



Encourager la production, la vente et la consommation de produits locaux



Inciter à consommer de manière décarbonée, au-delà de la consommation locale

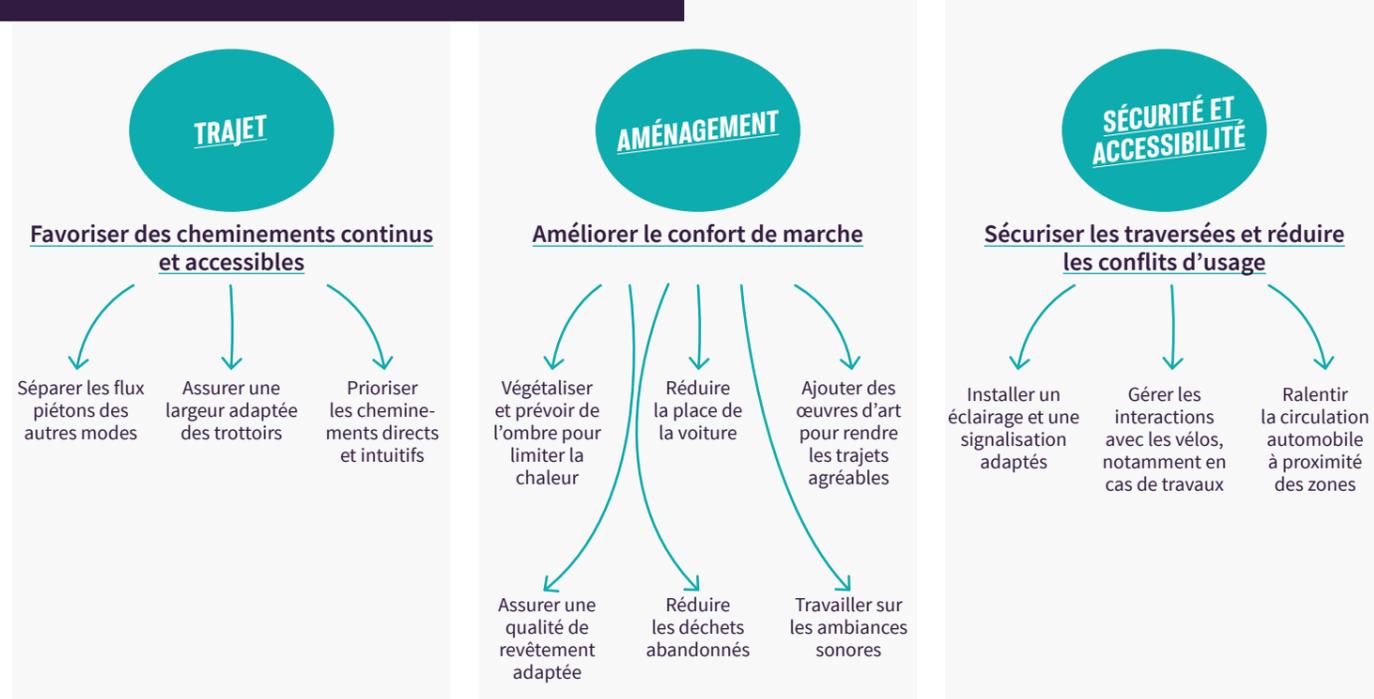


Valoriser des initiatives locales qui permettent d'avoir une alimentation moins carbonée

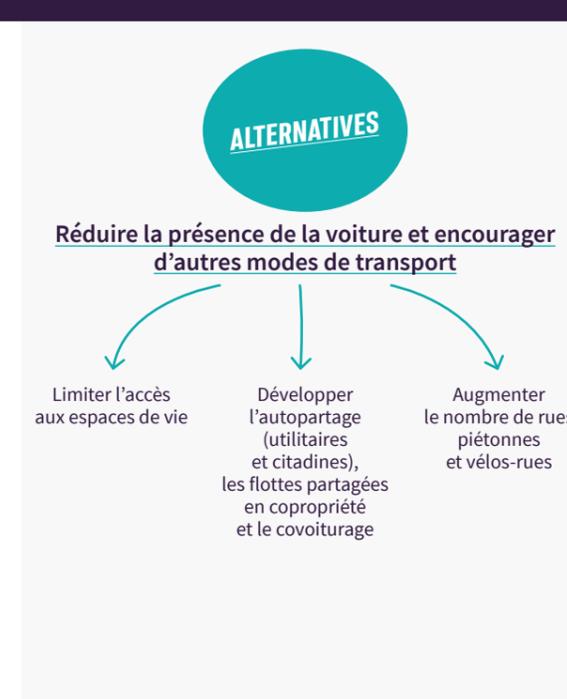


2. LES MOBILITÉS

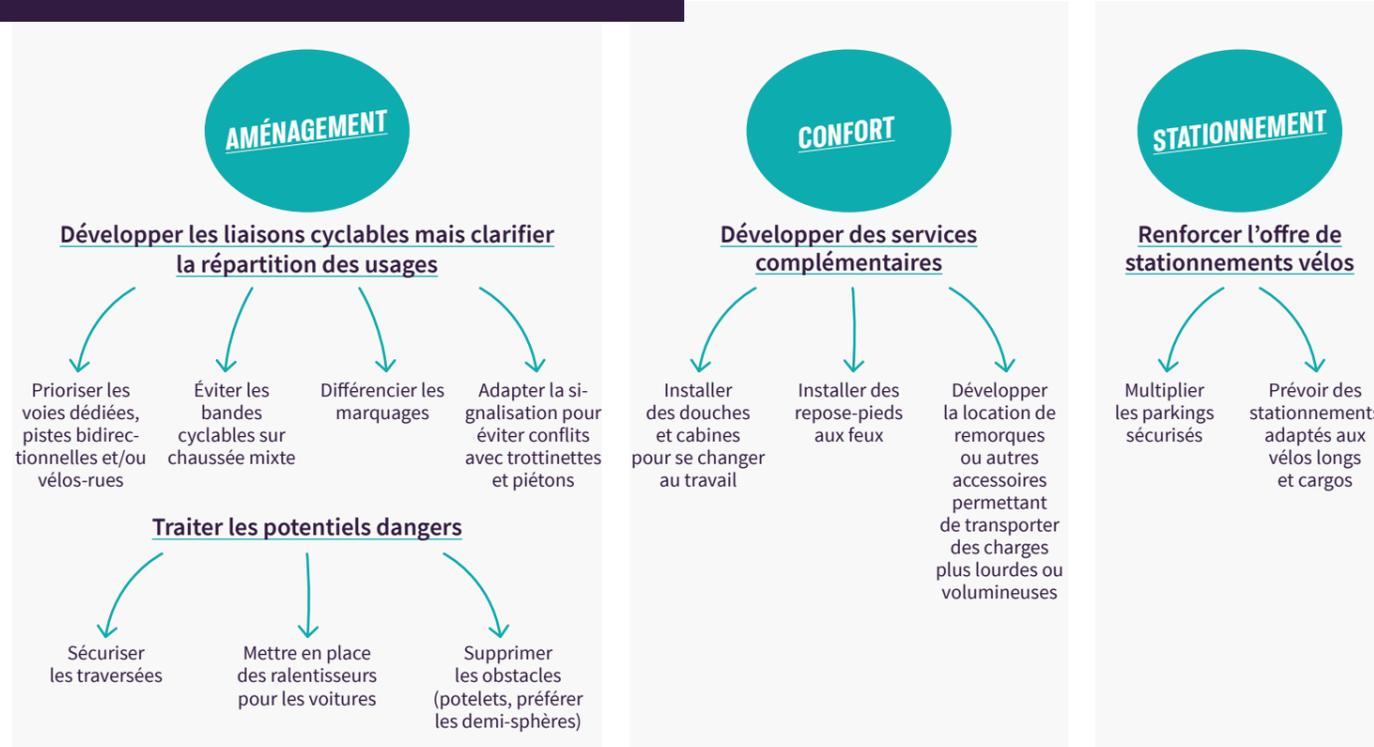
Piéton



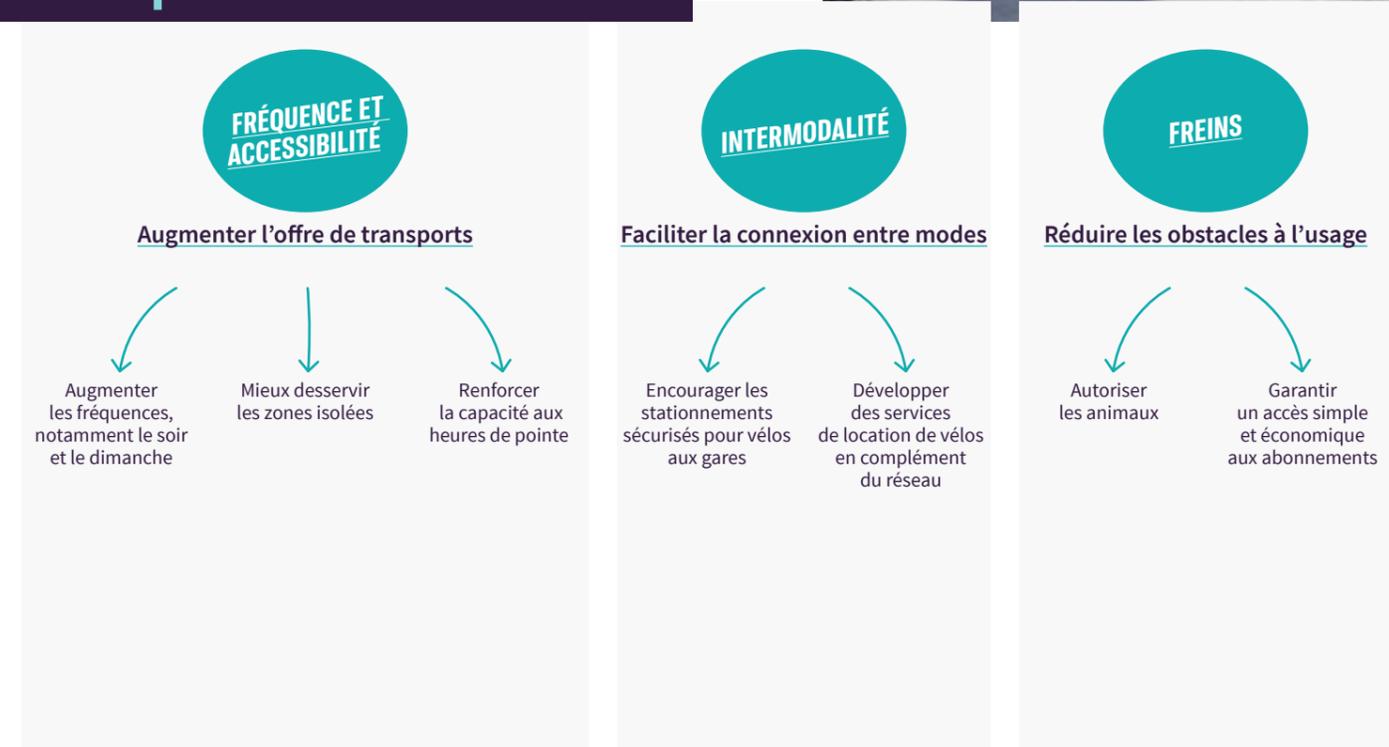
Voiture



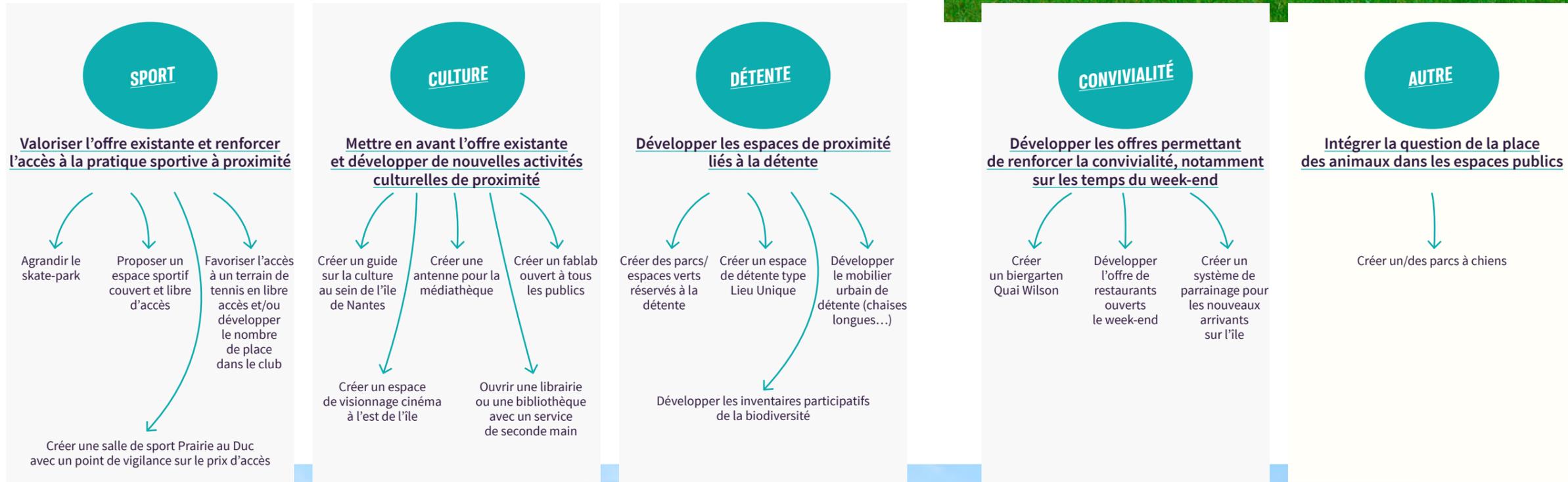
Vélo



Transports en commun



3. LES LOISIRS



Partenaires des défis climat



Financeurs

