

Carnet de balade

**Création collective de la carte sensible
des territoires du Grand Mons dans le
cadre du **Grand Huit #3****

Et si on se racontait et qu'on
partageait nos promenades ...



Carnet de balade

Guide pour accompagner ta balade

Une carte sensible c'est la vision d'un groupe d'habitant.e.s sur son territoire au travers d'éléments subjectifs comme les souvenirs, les émotions et les histoires. **Grâce à ce carnet, participe à la production collective d'une carte sensible du Grand Huit.**

Nous t'invitons à te promener dans ton quartier, à prendre le temps de te centrer sur ce que tu as vu, écouté, ressenti durant ta balade et à le dessiner, le partager.

Les différentes promenades partagées par les habitant.e.s seront ensuite rassemblées sur une carte sensible commune représentant les territoires du Grand Huit.

Avant la balade :

- Prends le temps de découvrir ce carnet.
- Ensuite prends un moment pour te concentrer sur tes 5 sens ; ferme les yeux, respire calmement, repense au dernier paysage qui t'a ému, à un parfum agréable, à un aliment savoureux, à un son apaisant,

Pendant la balade :

- Va à ton rythme, tu peux dessiner en marchant ou faire des petites haltes pour prendre des notes. Ou si tu préfères, tu peux compléter le carnet à ton arrivée en te représentant mentalement ton trajet.
- Marche en silence (ou presque) pour pouvoir capter les bruits autour de toi.
- Prends le temps de t'arrêter et de regarder autour de toi, au loin et de près.

À la fin de la balade (au bord d'un chemin, dans un parc ou à la maison) :

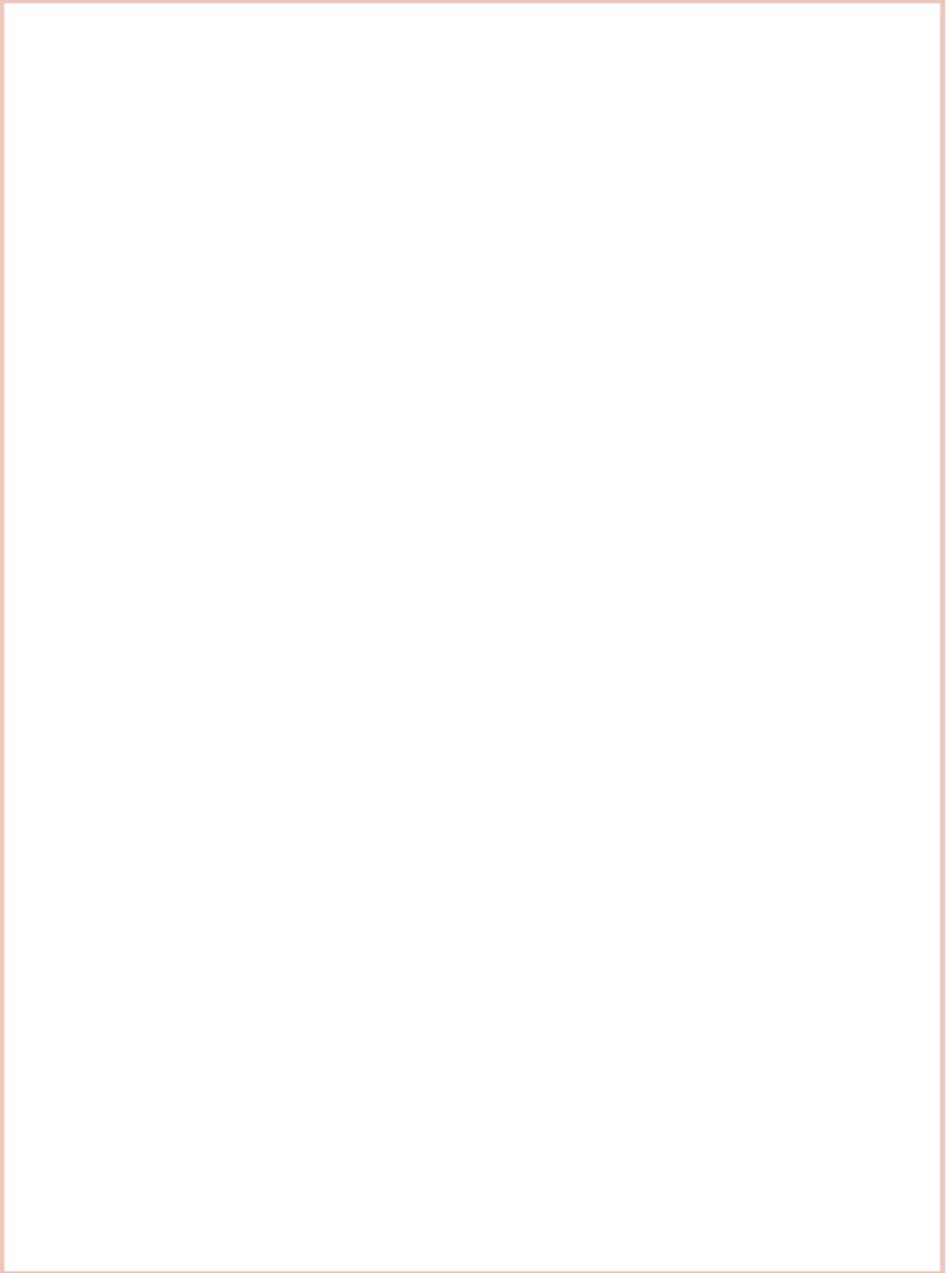
- Ferme les yeux et visualise le chemin parcouru, les moments de pauses réalisés, souviens toi de ton ressenti au cours de ta promenade.
- Dessine les éléments observés et ce que tu as ressenti en les découvrant. Laisse place à la subjectivité, la précision et l'échelle ne sont pas importantes. Libre à toi d'utiliser des symboles, des couleurs, de définir une légende, ou encore de poser des mots sur la carte.

La carte sensible du Grand Huit permettra aux futur·e·s promeneur·euse·s de découvrir les balades tel que les habitant·e·s les perçoivent.

Exemple :



Je dessine mon trajet



Ma promenade du :

Heure:

Je démarre de :

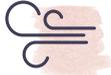
Je me balade autour de : nom de rue, point de repère, lieux dit, nom du bois, du parc - peuvent aussi être écrits sur le dessin

J'arrive à :

Durée :

Km :

Quel temps fait-il ?



En prenant le temps de m'arrêter...

J'ai senti ...

J'ai vu...

J'ai goûté ...

J'ai entendu ...

J'ai touché ...

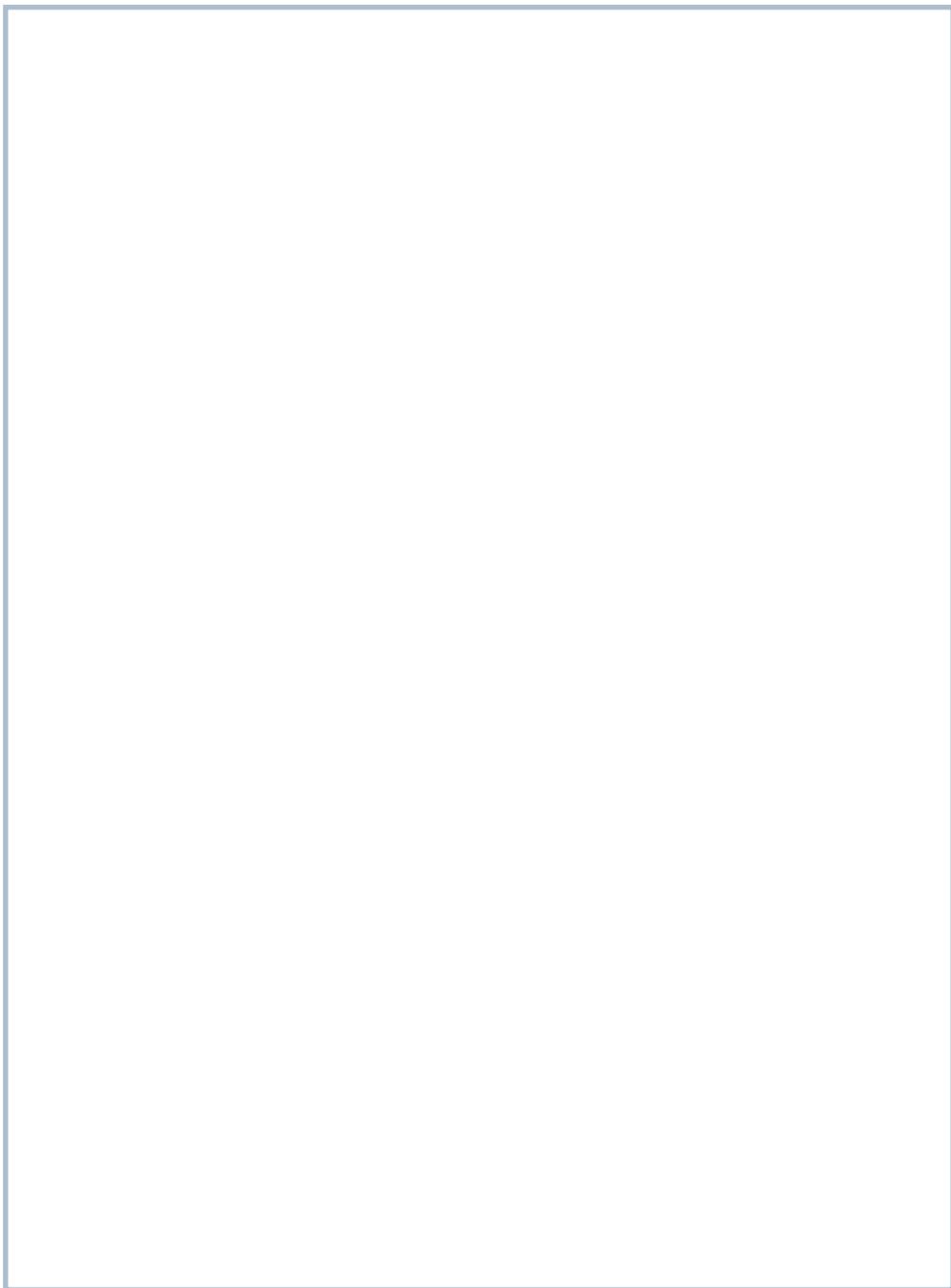
Mon endroit préféré

Il s'agit de :

Un de mes meilleurs souvenirs
là-bas est :



Je le dessine :



Envie d'en savoir plus sur les projets de la Fondations Mons 2025 ?

REJOIGNEZ-NOUS
SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

 FONDATIONMONS2025

 FONDATION_MONS2025

WWW.MONS2025.EU



FONDATION
MONS2025