

CATALOGUE DES BALADES

2026



Envie de changer de regard sur la ville ?

Nos balades vous entraînent dans les quartiers peu fréquentés par les visiteurs, à la découverte de lieux insolites chargés d'histoire, d'un patrimoine souvent oublié.

Elles sont animées par nos éclaireurs urbains, des habitants éloignés de l'emploi pour qui cette activité rémunérée représente un tremplin professionnel vers le secteur de leur choix.

Chaque balade est teintée du vécu et de la sensibilité des éclaireurs urbains.

>> Découvrez notre concept en vidéo <<



SOMMAIRE

TOUTE L'ANNÉE 2026 :

Bordeaux / Saint Michel & Capucins :

- Déambulations secrètes dans le ventre de Bordeaux 4
- Quartier au féminin 5
- Un quartier au cœur de l'engagement 6

Bordeaux / Bacalan : Un souffle d'histoire au cœur du vivant 7

Bordeaux Lac : Au fil de l'eau - balade nature 8

Bordeaux / Grand Parc :

- Un quartier aux 1001 facettes 9
- Le Grand Parc se met au vert 10

Cenon / Bas : Des échoppes à l'estacade : la croisée des chemins ... 11

Cenon / Palmer : Quartier au féminin 12

DE MAI À DÉCEMBRE 2026 :

Bordeaux / Bastide : Une épopée de la rive droite 13

Bordeaux / Saint Michel : Alimentation durable et jardins partagés 14

Floirac / Bas : L'échappée verte 15

Pessac / Saige : Rythmes de la ville et murmures de la nature 16

Mérignac / Yser Pont de Madame 17

Bègles / Dorat 18

LES CAPUCINS – DÉAMBULATIONS SECRÈTES DANS LE VENTRE DE BORDEAUX

Les Capucins et Sainte-Croix sont le cœur battant de Bordeaux. Dans ces quartiers, les histoires connues ou cachées, visibles ou oubliées, se racontent dans toutes les langues.

C'est cette terre d'accueil et de lien, de mystères et de secrets, que vous découvrirez avec nos éclaireurs urbains, partageants leurs visions originales et sensibles du quartier.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



**Départ : La Halle des Doutes
Arrivée : Place Dormoy**



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- **Le Petit Grain** est un café associatif, culturel et solidaire. Participez à un atelier de co-cuisine avec les chefs ou profitez simplement d'un repas frais et végétarien.
- **À l'épicerie solidaire des capucins**, échangez et partagez en toute bienveillance autour d'ateliers sur les thèmes de l'écologie, du jardinage ou bien de cuisine.

SAINT MICHEL – QUARTIER AU FEMININ

Une balade dédiée à la richesse et à la diversité des contributions des femmes à l'histoire et à la vie du quartier de Saint-Michel.

À travers cette exploration, nous mettrons en lumière des associations engagées, des artistes femmes et des figures féminines marquantes qui ont façonné Bordeaux d'une manière souvent méconnue.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ : La Halle des Doves
Arrivée : Place Dormoy

Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- **Promofemmes**, rencontrez cette association qui a pour mission d'accueillir et d'accompagner des femmes provenant de pays et de cultures différentes, sans distinction d'origines sociale, politique, culturelle et confessionnelle.
- **Le planning familial de la Gironde**, propose un atelier de 2h sur l'éducation à la vie affective, relationnelle et affective visant à encourager le respect de soi et des autres, donner des repères juridiques et sociaux et promouvoir une sexualité choisie et épanouie.



SAINT MICHEL – UN QUARTIER AU CŒUR DE L'ENGAGEMENT

Connaissez-vous l'ESS ? Nos éclaireurs urbains vous aideront à mieux cerner ce concept en plein expansion lors d'une balade dans le quartier Saint-Michel.

Ils vous feront changer de regard sur ce qu'on nomme l'Economie Sociale et Solidaire en partant à la rencontre de ses nombreuses associations aux actions engagées. Vous serez surpris par l'ADN de solidarité et de partage qui compose la vie de ce quartier.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ : Marché des Capucins
Arrivée : Manuco (rue Causserouge)



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- **La Planche** est un tier lieu dédié au métiers du bois. A travers un atelier de construction de jeux en bois, vous découvrirez comment penser un meuble et utiliser des outils. Une activité insolite pour se réapproprier les savoirs faire manuels.
- **La Halle des Douves.** Rencontrez cet acteur solidaire incontournable du quartier Saint Michel sur une visite de 30 minutes.

BACALAN – UN SOUFFLE D'HISTOIRE AU CŒUR DU VIVANT

Le quartier de Bacalan déploie un paysage singulier, où l'Histoire s'entrelace à la nature. Ici, le passé singulier du quartier, lié à son fleuve et témoin des cicatrices de la Seconde Guerre mondiale, se révèle au fil de l'eau. L'itinéraire vous mènera à travers l'évolution du quartier, depuis les ombres de la Cité Lumineuse jusqu'à la métamorphose réussie de la Cité Claveau.

Aujourd'hui, Bacalan dévoile un visage vibrant de vitalité, grâce à l'esprit de solidarité de ses habitants.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



**Départ et arrivée :
Tram C "Claveau"**



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- Accueil, visite commentée de **PLATAU et de ses acteurs**, avec une visite de l'atelier de l'association Tous aux abris, rafraîchissements (1h)
- Atelier de construction d'abris à oiseaux à PLATAU (2h)
- Repas : **Bar de la Marine**

BORDEAUX LAC – BALADE NATURE AUTOUR DU LAC DE BORDEAUX

Au Lac, la ville laisse place à la nature : étendues paisibles, roselières bruissantes, plage de sable et pins maritimes.

C'est une nature sauvage, havre des oiseaux migrateurs et repaires de petits animaux.

En compagnie de Vincent Xavier, observez cette biodiversité en toute quiétude. Prenez un grand bol d'air. Respirez, marchez : la nature est là.



INFOS PRATIQUES



Durée : 2h00



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ et arrivée :
Tram C "Les Aubiers"



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- **À la Ferme de Bruges**, les saveurs du Sud-Ouest sont à l'honneur ! Chaque plat rend hommage aux produits du terroir et célèbre une cuisine généreuse, faite d'ingrédients simples et soigneusement choisis.
- **Avec Benjardin**, partez à la découverte de la flore urbaine : découvrez leurs vertus, usages et stratégies de survie en milieu urbain, et explorez les initiatives locales d'agriculture urbaine. Une balade avec deux guides, pour une expérience immersive et participative.

GRAND PARC – UN QUARTIER AUX 1001 FACETTES

Terre de diversité, terre de verticalité... Entre vertige des façades et verdure surprenante, Frédéric vous invite à dépasser le labyrinthe des tours et vous emmène cheminer dans ses sentiers arborés.

Partez à la rencontre de toutes celles et ceux qui font vivre cette ville dans la ville, ce village tout en hauteur à quelques encablures du Triangle d'Or. Un recoin inconnu et verdoyant d'un Bordeaux trop souvent contourné !



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ : Tram C "Grand Parc"
Arrivée : Parc Rivière



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ



- Accompagnés de la médiatrice, découvrez **la Salle des fêtes du Grand Parc** et les métiers liés à la production de spectacle.
- **Le Petit Parc**, un café-cantine engagé vous propose une conception et une animation d'un atelier Récup'créative. C'est une animation créative à partir de matériel de récupération (fabrication d'une petite carte postale à messages écoresponsables)

GRAND PARC – LE GRAND PARC SE MET AU VERT !

Au pied des tours, le quartier du Grand Parc regorge de verdure. Ici, les habitants, les associations et les collectivités font sortir de terre des projets innovants ! Entre jardins partagés, épiceries solidaires et zones de compostage, vous découvrirez l'art et la manière dont le Grand Parc se met au vert.

Et qui de mieux que Frédéric, éclaireur urbain et garde champêtre culturel du quartier, pour vous emmener dans cette fascinante exploration !



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ : Tram C "Grand Parc"
Arrivée : Parc Rivière



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- **À la Maison du jardinier et de la nature en ville**, visitez le jardin et leur espace exposition, en terminant par la tisanderie.
- **Café Compost avec l'association Au Ras du Sol**. Échangez sur le B.A-BA du compostage : emplacement, les ingrédients, équilibre Vert/Brun, les petites bêtes et découvrez le compostage collectif

BAS CENON – DES ÉCHOPPES À L'ESTACADE : LA CROISÉE DES CHEMINS

Découvrez le passé de Cenon en explorant son avenir !

Entre vestiges du passé viticole et quartier ouvrier aux maisons hétéroclites, l'éclaireuse urbaine Mariane vous dévoilera les projets innovants du bas Cenon. Un quartier méconnu qui relève collectivement les défis urbains et sociaux de demain. Et c'est justement en collectif que la balade a été co-construite avec le conseil citoyen et le conseil des sages de la ville de Cenon. Ce qui promet anecdotes et petits secrets !



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h45



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ : Mairie de Cenon

Arrivée : Blvd l'Entre-Deux-Mer



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ



- **Partagez un repas à l'Atelier**, restaurant d'application permettant à des jeunes de se remobiliser autour des métiers de la restauration.

CENON – HISTOIRE ET HÉRITAGE AU FÉMININ

Cette balade à travers les rues de Cenon n'est pas seulement un parcours géographique, mais un voyage à travers le temps et l'Histoire, où chaque pas nous rappelle l'importance de la place des femmes dans notre société.

En suivant ce parcours vu à travers le prisme des femmes qui ont façonné son passé et continuent de façonner son avenir, on découvre non seulement des lieux, mais aussi des histoires de courage, de lutte et de réussite qui méritent d'être racontées et célébrées.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



15 personnes max



Disponible sur commande



Départ : Tram A "Pelletan"
Arrivée : Rocher de Palmer



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ



- Participez à un atelier couture à l'**Espace Textile Rive Droite** (initiative sociale et solidaire créée en 2018). Avec une optique zero déchets fabriquez votre propre essui-mains lavable, sac à tarte, ou customisez vos vêtements préférés !

BASTIDE – BENAUGE – UNE ÉPOPÉE DE LA RIVE DROITE

En deux siècles la rive droite a été, parfois en même temps, un marais, une zone industrielle, une étoile ferroviaire et un quartier résidentiel. Les éclaireurs urbains vous feront découvrir l'évolution du quartier de la Bastide Benauge. De constructions en personnalités, Moni et Taha vous montreront comment l'action sociale continue de façonner ce quartier "village" en pleine transformation.

Du pinson du marais au Pinçon de la Cité, laissez-les vous conter cette épopée de la rive droite !



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



**Disponible à partir de
mai 2026**



15 personnes max



**Départ : Tram A "Thiers Benauge"
Arrivée : Tram A "Jardin Botanique"**



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- Rencontrez **le Laboratoire d'Initiatives Alimentaires (LIA)** qui sensibilise et expérimente avec tous publics à l'alimentation durable et à l'agriculture urbaine.
- Visite commentée du tiers lieu **Reine Cargo**. Rencontre métiers autour des métiers du cycle. Vous pourrez profiter d'un verre au café associatif.

SAINT MICHEL – ALIMENTATION DURABLE ET JARDINS PARTAGÉS

D'une friche industrielle au jardin partagé, il n'y a qu'un pas... et beaucoup de travail ! Plongez dans cette balade thématique avec notre éclairceuse urbaine pour découvrir et mieux comprendre les initiatives citoyennes liées à la végétalisation des rues, les lieux d'alimentation solidaires, et les jardins partagés dans les quartiers sud de Bordeaux.

Nous verrons qu'il n'y a sans doute rien de plus collectif que de se rapprocher de la nature... en ville !



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



**Disponible à partir
d'août 2026**



15 personnes max



**Départ : Rue des Faures
Arrivée : Place Dormoy**



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- Rencontrez les salariés du **Petit Grain**. Ce café associatif géré par l'**association Yakafaucon** est un espace de vie social (EVS) engagé à l'animation de la vie du quartier. Un lieu accueillant et chaleureux pour terminer la balade autour d'un atelier ou d'un verre.
- Avec la SCIC "**Au Ras du Sol**", apprenez en plus sur les techniques de lombricompostage et la manière de construire votre lombricomposte avec des matériaux faciles à récupérer

BAS FLOIRAC – L'ÉCHAPPÉE VERTE

Du parc du Castel aux étangs, en passant par les jardins cheminots, découvrez un Floirac secret et bucolique avec notre éclaireur urbain Taha.

En empruntant les chemins de traverse, il jette un regard avisé sur sa ville d'adoption. Autrefois ville ouvrière, aujourd'hui animée par ses habitants inspirants, Floirac est tour à tour terre de vin, d'industries et de migrations. Pour la belle saison, mettez-vous au vert dans cet écrin de nature en pleine mutation !



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



**Disponible à partir
de mai 2026**



15 personnes max



**Départ : Mairie de Floirac
Arrivée : Parc du Castel**



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

- **“Balade photographique”** en collaboration avec **l'association Balast**. Expérimentez le cadrage de la photo de rue et de paysage avec Olivier Poggianti, photographe professionnel.
- En fin de balade, rien de mieux qu'une bonne pizza à **Pizzaping** !

PESSAC SAIGE – RYTHMES DE LA VILLE ET MURMURES DE LA NATURE

Foisonnante d'histoires et de cultures, Pessac se dessine et se peint, se récite et se chante, s'inspire et s'écoute... Les hautes tours de la cité de Saige regorgent de secrets et de recoins, dont les habitants venus d'ici et d'ailleurs ont fait leur refuge ; laissant sur les murs, leurs récits et leurs empreintes.

Du théâtre de verdure au parc Razon, suivez les pas de Mylène le long du serpent, pour découvrir la grande diversité de ce quartier plein de surprises.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



**Disponible à partir
de mai 2026**



15 personnes max



Départ : Tram B "Saige"

Arrivée : Tram B "Pessac Centre"



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ



- **L'Artothèque de Pessac** vous accueille pour découvrir ce lieu culturel atypique et les expositions temporaires. Une découverte
- Dégustation pédagogique de vin à "**Comptoirs du vin**".

MERIGNAC – YSER PONT DE MADAME

Au cœur de Mérignac, cette balade vous embarque dans une histoire urbaine riche et vivante. Entre architectures anciennes et constructions contemporaines, le parcours révèle l'évolution de la commune, marquée par son développement industriel et résidentiel.

Nos éclaireurs vous proposeront également une immersion dans les espaces naturels d'un Mérignac méconnu.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



Disponible à partir
de mai 2026



15 personnes max



Départ : Tram A "Hôtel de Ville Mérignac"
Arrivée : Tram A "Mérignac Centre"



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ



- Découvrez les **expositions photographiques de la Vieille Eglise de Mérignac**. Rencontrez une médiatrice culturelle pour une rencontre métier.

BÈGLES – DORAT

Plongez dans une histoire intimement liée au monde cheminot, qui a profondément façonné le paysage urbain et la vie sociale du quartier. Le Dorat conserve les traces de cette mémoire ferroviaire à travers son habitat, ses voies et ses infrastructures emblématiques.

Le parcours révèle également des espaces naturels méconnus, offrant des respirations verdoyantes inattendues. Entre patrimoine industriel et nature discrète, cette balade propose un regard sensible sur un quartier attachant, où l'histoire du travail et l'environnement se répondent harmonieusement.



INFOS PRATIQUES



Durée : 1h30



**Disponible à partir
de mai 2026**



15 personnes max



**Départ et arrivée :
Tram C "Gare de Bègles"**



Prolongez l'expérience

RENCONTREZ UN PARTENAIRE LOCAL ENGAGÉ

CONTACTEZ-NOUS

Pour toute commande de balade, contactez :

Denis BLANC - Chargé de développement
dev.bx@alternative-urbaine.com - 07 67 79 17 13

Suivez-nous

www.bordeaux.alternative-urbaine.com

