FOCUS

Nature en ville

Nature et Santé | Aménagement du territoire | Changements climatiques | Air Extérieur

#bienfaits de la nature #urbanisme #ville #qualité de l'air #îlot de chaleur #bruit #biodiversité #allergie #consommation #pollution

Mise à jour de cette page :
29/01/2026

Auteur Pôle ESE *69002 LYON* Réseau d'acteur

La nature, en milieu urbain, peut prendre de nombreuses formes : jardins, rivière, toitures ou murs végétalisés, plantes qui sortent du bitume, oiseaux qui nichent sous les toits, etc. Rappelons que la notion même de nature repose sur des définitions variées. Le concept de nature ordinaire attire l'attention sur le fait qu'une coccinelle qui se pose sur la main, que les feuilles mortes qui craquent sous nos pieds sont des occasions de contact avec la nature.

> *Les français estiment que la création d'espaces verts devrait être la priorité n°1 de leur ville."*

C'est ce que met en avant une enquête nationale de l'Unep et l'Ifop réalisée en 2016. La période de confinement en 2020 a renforcé ce besoin.

L'importance du végétal

Mais le plus souvent, l'idée de nature en ville est associée à la présence du végétal. Une présence dont la place dépend de choix pris en matière d'#urbanisme . Les espaces verts et les végétaux répondent au besoin de contact avec la nature. Ils améliorent la qualité de vie, en favorisant le bien-être et réduisant le stress et l'anxiété. Les espaces verts publics sont des lieux où se reposer et avoir des interactions sociales ; ils favorisent l'activité physique.

« Les bienfaits (des espaces verts) pour la santé sont notamment l'amélioration du niveau de santé mentale, de la condition physique et cognitive et de la fonction immunitaire, ou encore une réduction des taux de mortalité », officialise l'Organisation mondiale pour la santé (OMS) dans la publication « Espaces verts urbains : un plaidoyer pour agir ».

Les arbres réduisent la pollution de l'air

Les plantes et les arbres améliorent également la qualité de l'air. Une donne non négligeable quand on connaît le problème de #pollution atmosphérique des métropoles.

> *Un arbre mature fournirait l'oxygène nécessaire à quatre personnes."*
>
> YANN VERGRIETE - MICHEL LABRECQUE
> *« Rôles des arbres et des plantes grimpantes en milieu urbain » (2007)*

Le rôle des arbres va bien plus loin que fournir de l'oxygène, expliquent les biologistes québécois dans ce rapport à destination du conseil régional de l'environnement de Montréal. « Les arbres, comme les plantes, interceptent la poussière en suspension jusqu'à ce qu'elle retombe au sol lors d'averses de pluie. Il est rapporté que dans les rues dépourvues d'arbres, 10 000 à 12 000 particules par litre d'air sont présentes, par rapport à 3 000 particules par litre d'air dans les rues voisines bordées (d'arbres, ndlr) », lit-on dans un document de l'Institut national de santé publique québécois qui reprend

les résultats des biologistes.

La nature atténue le réchauffement

La végétalisation des espaces publics et des habitations (murs végétaux, toits verts), en plus d'améliorer le cadre de vie et le bien-être, joue un rôle sur la température de l'air. Elle offre une meilleure isolation thermique des bâtiments. Aussi, l'ombre créée par les végétaux fait baisser la température du sol et la consommation d'énergie pour rafraîchir les bâtiments. Ainsi, le végétal réduit la création d'#îlot de chaleur urbain. Lorsqu'il fait très chaud, les espaces verts sont par ailleurs des lieux où trouver du répit et conserver une activité physique.

Le végétal limite l'effet des phénomènes météorologiques extrêmes

Plus globalement, la végétalisation atténue l'impact des phénomènes météorologiques extrêmes, de plus en plus fréquents en raison des dérèglements climatiques. Nous venons de voir comment elle permet de mieux faire face aux épisodes de forte chaleur et de canicule. Elle joue également un rôle majeur contre les inondations. Permettant de maintenir une perméabilité des sols, elle encourage l'infiltration des précipitations dans le sol et évite qu'elles ruissellent immédiatement, détaille l'étude « Les bienfaits du végétal en ville » à destination des collectivités locales.

L'eau qui ruisselle se charge de polluants

L'effet du végétal sur le parcours de l'eau va au-delà de la prévention des inondations. Il joue un rôle important sur sa qualité.

> *Les eaux de ruissellement se chargent en matières en suspension et polluants tout le long des surfaces qu'elles parcourent. Plus la distance de ruissellement et de collecte est longue, plus l'eau se charge en polluants.”*
>
> *« Les bienfaits du végétal en ville » - Val'Hor et Plante&Cité*

Le #cycle de l'eau se verra enfin modifié quand les ruissellements sont trop longs car l'eau de pluie ne pourra pas rejoindre les nappes phréatiques des lieux où elle tombe.

Une biodiversité en équilibre

La présence du végétal impact l'Humain, l'air, l'eau… Plus globalement, elle participe au maintien de la #biodiversité . La nature, même « ordinaire », aussi appelée « biodiversité ordinaire », constitue l'essentiel de la biomasse des écosystèmes et détermine en conséquence la fertilité des sols, la qualité des eaux, la pollinisation des végétaux... Cette biodiversité ordinaire interroge l'équilibre des écosystèmes face aux espèces introduites et la régulation des ravageurs des cultures.

Les zones urbanisées et résidentielles deviennent même l'habitat privilégié des #abeilles sauvages et de certains insectes à cause de l'intoxication des milieux agricoles, de la présence d'une floraison et d'une température plus élevée à l'année dans les villes. Le programme européen d'envergure Urbanbees a par exemple mis en place bon nombre d'actions pour « maintenir et augmenter la diversité et l'abondance des abeilles sauvages en milieux urbains et périurbains ».

L'agriculture urbaine pour se nourrir ultra-local

L'#agriculture urbaine , qui consiste à produire les denrées alimentaires au sein de la ville, est également une piste bénéfique en matière de santé-environnement. Elle peut être familiale, associative ou professionnelle, présente dans des jardins collectifs, des espaces verts publics, sur les toits ou les balcons, ou encore dans des lieux agricoles

dédiés.

L'agriculture urbaine regroupe tous les bienfaits de la présence du végétal. Avec l'intérêt en outre d'éviter aux denrées de longues distances de transports, émetteurs de gaz à effet de serre, et de consommer des produits très frais, selon la même logique que les #circuits courts . Bien sûr, le choix des sites doit prendre en compte les risques de pollution de l'air, du sol et de l'eau, note l'Ademe dans le guide R.E.F.U.G.E.

Une nature qui gratte

La présence de la nature en ville peut aussi être à l'origine de quelques gênes. Les pigeons, les rats et les insectes sont loin d'être appréciés. Les espaces verts et les arbres en ville sont également à l'origine du bruit de l'élagage des arbres, des feuilles mortes à ramasser, des #allergie aux pollens#.
Pour minimiser la présence d'allergènes, de nombreux services d'espaces verts municipaux font le choix d'implanter des espèces de végétaux les moins allergisants possible, rapporte le Réseau français des villes santé de l'OMS dans un dossier sur le sujet.

Malgré ces désagréments, l'équilibre de la biodiversité et le bien-être des habitants en ville repose bel et bien sur la présence de nature.

La perception du bruit modifiée par le végétal ?

Quid de l'effet du végétal sur le #bruit ? Il est bien réel sur notre perception sonore, confirme l'article de Solène Marry et Muriel Delabarre « Naturalité urbaine : l'impact du végétal sur la perception sonore dans les espaces publics », publié par la revue Vertigo.
Le végétal joue un rôle majeur en matière de ressenti, de perception d'un espace et de ses sons, minimisant la gêne éprouvée. Pourtant, rien de mesurable en décibels.
« D'un point de vue purement acoustique, l'effet des écrans végétaux sur la diffusion des sons est bien un mythe puisque la diminution de la propagation sonore par des végétaux est davantage due à la distance que l'écran végétal induit entre la source et le récepteur qu'à un effet d'écran », complète les auteures de l'article.

- Les espaces verts urbains et la santé
- Contribution des espaces verts dans la prévention de maladies cardiovasculaires et du diabète
- Espaces verts urbains : Un plaidoyer pour agir