

## LETTRE D'INFORMATION #1

# PROJET MENSOIS ALLIANT NATURE, BIEN-ÊTRE, SPORT ET SANTÉ !

*Une infolettre de plus ? Oui, pour mieux vous informer de l'actualité du projet et de ses nombreux partenaires, pour vous aiguiller vers de bonnes pratiques, une réflexion ou une des 27 actions prévues pour 2026.*

*Elle sera éditée toutes les 6 semaines ; n'hésitez pas à la faire circuler autour de vous, surtout pour ceux qui ne pourront suivre les nombreuses réunions sur Mens et Tréminis...*



## PRESENTATION DU PROJET

### **Une seule santé !**

*C'est le credo du projet qui relie la bonne santé de la nature du Trièves et celle de ses habitants, au-delà des fragilités des uns et des autres. En se souciant du bon état de nos forêts et chemins, nous pouvons agir sur leurs apports en qualité de vie pour nous tous qui y vivons, et au-delà, pour ceux qui la fréquentent en haute saison.*

*Privilégions les prescriptions de nature pour chacun : si une bonne dose quotidienne aide à mieux respirer, marcher, et vivre au milieu des autres, être sensibles aux besoins physiques et mentaux, quel que soient nos âges ou nos éventuels handicaps, c'est aussi prendre soin de cette nature où nous vivons. Dès 2025, une série d'actions, déjà validées par l'Agence Régionale de Santé, co-réalisées par de nombreux partenaires, voit cette idée d'une seule santé collective traduite sur Mens et Tréminis, en attendant d'autres villages du bassin mensois ...*

## CONTACT

**Gilles Barbe - élu à la mairie de Mens**  
[gilles.barbe@mairie-de-mens.fr](mailto:gilles.barbe@mairie-de-mens.fr)  
 04 76 34 61 21



*Vous voulez recevoir cette infolettre ? Dites-le par retour de mail.*

## LETTRE D'INFORMATION #1

## ACTUALITÉ

Le 15 octobre dernier s'est tenue la 2ème réunion publique de présentation du projet, à destination de toutes les personnes intéressées, une trentaine ce jour-là. Ce fut l'occasion pour chacune et chacun de se présenter et d'imaginer les interactions possibles pouvant nourrir le projet. Des discussions riches, des idées intéressantes et des retours d'expériences de certains professionnels sont venus enrichir les propositions.

Prochain réunion : début 2026 !

## CE QUI SE FAIT AILLEURS...

Les 9 et 10 octobre derniers se tenait le séminaire « **Prendre soin par la relation à la nature** », à Saint-Antoine-l'Abbaye, organisé par la Fédération française Jardins Nature Santé.

Lors de ces deux journées, l'association Terre D'Hippocrate, née à Gap, a été présentée. Initiée en 2021 par des médecins du service de cardiologie de l'hôpital de Gap, l'association avait mis en place un jardin thérapeutique pour les personnes atteintes de maladies chroniques. Sur un terrain de près de 2000m<sup>2</sup>, l'association proposait gratuitement aux personnes d'intégrer un parcours de soin centré autour de l'alimentation et du jardinage à travers différents ateliers, une réponse innovante en **santé préventive**. Leur crédo ? « **les soins non-médicamenteux** ». Le travail mené par l'association montrait une nette amélioration du bien-être mental et de la qualité de vie des patients, de l'augmentation de leur activité physique et de l'accès à une meilleure nourriture. Alors, oui, tout le paragraphe est au passé puisque l'association à désormais déménagé en Auvergne, essaimant à l'occasion leur concept, en inspirant d'autres. Depuis, dans ce secteur, un autre projet naît, porté par la Maison de Santé de Combrailles dans le Puy-de-Dôme, sur le même modèle. Un jardin et des ateliers jardin/cuisine/nutrition, activités de soin au jardin, ateliers mémoire. [suite]

## CONTACT

Gilles Barbe - élu à la mairie de Mens  
[gilles.barbe@mairie-de-mens.fr](mailto:gilles.barbe@mairie-de-mens.fr)  
 04 76 34 61 21



Vous voulez recevoir cette infolettre ? Dites-le par retour de mail.



## LETTRE D'INFORMATION #1

[suite] Sont impliqués directement les médecins généralistes, orthophonistes, sage-femme, diététicienne, pharmacien, infirmiers et un maraîcher-infirmier.

Ils ont obtenus des financements de MSA Coups de Pouce, Conférence des financeurs, dons des commerçants, et d'autres demandes sont en cours.



## FOCUS PARTENAIRE

### Partenaire ADONF

« L'association sportive et humaine pour tous » est portée par Vincent Boury, champion paralympique de tennis de table. Et le siège est à Cornillon, bonne raison d'en faire un partenaire exemplaire du projet !

Que ce soit la conception de fauteuils tout terrains, ou l'organisation d'aventures sportives de haut vol (le parapente fait partie des propositions), ADONF démultiplie les pratiques sportives et les formations adaptées. De quoi nous apporter tous les bons conseils, que ce soit pour le matériel nécessaire pour les interventions sportives - mais pas que - que nous prévoyons, ou simplement sur notre nécessaire adaptation aux besoins spécifiques des Triévois et des touristes ...



## PROCHAINS RDV ET ACTIONS

En cette fin d'année, la petite équipe de travail va se réunir pour ficeler les contours du projet, et une des premières actions a déjà été identifiée.

**Teaser : en mars 2026, un atelier de sensibilisation sur le concept “Une seule santé”** sera animé par un binôme de professionnelles santé/nature, assurant les missions du pôle Éducation Santé Environnement (pôle ESE) du département de l'Isère, financé par l'Agence Régionale de Santé (ARS): Adeline Michel de Promotion Santé et Claire Aguiard de Bièvre Liers Environnement.

Cette journée à visée pédagogique se déroulera en nature. Plus d'infos à venir !

## CONTACT

Gilles Barbe - élu à la mairie de Mens  
[gilles.barbe@mairie-de-mens.fr](mailto:gilles.barbe@mairie-de-mens.fr)  
 04 76 34 61 21



Vous voulez recevoir cette infolettre ? Dites-le par retour de mail.

