

## LETTRE D'INFORMATION #2

PROJET ALLIANT NATURE, SANTÉ,  
SPORT & BIEN-ÊTRE

BASSIN DE VIE MENSIS.



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 #2

## ACTUALITÉ

Bientôt aura lieu l'intervention de **Blandine Mellouet-Fort, médecin de santé publique spécialisée en promotion de la santé** et en santé planétaire. Pionnière de la "prescription de nature" en France, elle promeut le temps en nature comme outil thérapeutique contre le stress et pour la santé globale, via des initiatives comme Natur'Health et des collaborations avec l'AFPA et le FRENE.

Dans le cadre du projet, elle interviendra pour former les professionnels de santé. Ainsi, ils pourront juger eux-mêmes de l'intérêt de cette approche. **Surveillez l'agenda de février ! Première date pressentie: le 26/02.**



## CE QUI SE FAIT AILLEURS...

Le **Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises** mène un projet santé-environnement qui vise à faire du territoire un espace « **générateur de bonne santé** » en articulant protection de la nature et bien-être des habitants. Inscrit dans sa nouvelle charte 2025-2040, ce programme pilote avec l'ARS Occitanie vise à intégrer la santé dans les politiques locales d'urbanisme, mobilité et gestion des ressources.

L'un des leviers phares de ce projet ? la « **prescription de nature** ». Des professionnels de santé orientent patients sédentaires, stressés ou atteints de maladies chroniques vers des activités en pleine nature (balades accompagnées, ateliers respiration en forêt, sorties bien-être). Ces **parcours co-construits avec animateurs et soignants** réduisent le stress, boostent l'activité physique douce et renforcent le lien social, en complément des soins classiques. Déjà testés, les aménagements comme des sentiers accessibles, les espaces verts de proximité ou lieux d'accueil spécifique en nature sensibilisent élus et habitants aux impacts du quotidien sur la santé : qualité de l'air, bruit, alimentation locale. Le PNR devient ainsi un modèle de prévention, prouvant que préserver la nature, c'est aussi soigner les populations. Une idée à adapter ici ?

**Plus d'infos sur leurs prescriptions de nature :** <https://www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr/les-actions-du-parc/sante-environnement/prescriptions-de-nature/>

## 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 #2

## FOCUS PARTENAIRE

**Partenaire ONF - Office National des Forêts**

L'Office National des Forêts est un partenaire clé du projet. A Mens, c'est **Flavien Pays**, technicien forestier territorial, qui incarne cet engagement en assurant un soutien précieux pour la gestion de la forêt communale de Mens.

Il mène principalement des projets de gestion durable des forêts, incluant la surveillance de l'état de santé des arbres, la lutte contre les maladies et l'adaptation au changement climatique.

Il est également l'interlocuteur privilégié pour des initiatives pédagogiques, comme la création du lieu d'accueil en forêt communale où l'association En Nature Simon.e mène des activités, et sensibilise le public via les réseaux sociaux sur la protection forestière et les usages durables du bois. A titre d'exemple, Flavien encadre les travaux prévus par la commune de Mens sur la ronde du Châtel avec un accès PMR, ainsi que la réhabilitation du petit théâtre de verdure, faisant de ce lieu un point d'accueil en nature agréable et accessible. Toujours en lien avec le projet, il animera également une sortie en forêt.

**Il explique son métier:** <https://www.brut.media/fr/videos/environnement/changement-climatique/son-metier-garde-forestier>



## PROCHAINS RDV ET ACTIONS

*Enfin, du concret !*

**25/02 : Prochaine Réunion plénière sur le projet**, ouverte aux partenaires et aux curieux.

*RDV le 25 février 2026, à 20h, à l'espace culturel de Mens, salle Chatel. N'hésitez pas à transmettre l'info !*

*[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 #2

## PROCHAINS RDV ET ACTIONS

[suite]

**02/03: PREMIER TEMPS FORT DU PROJET :****Sensibilisation au concept "Une Seule Santé"**

Intervention du binôme de référentes Education Santé-Environnement de l'Isère, Adeline Michel (Promotion Santé ARA-38) et Claire Aguiard (Bièvres-Liers-Environnement).

RDV: Le 2 mars 2026, de 13h30 à 17h.

Lieu : Terre Vivante, salle bleue.

**Contenu :** Le concept émergent d'Une seule santé (ou One Health) est une manière d'aborder la santé-environnement en se préoccupant tout à la fois de la santé humaine et de la santé des écosystèmes. Lors de cet atelier d'une demi-journée, vous pourrez

- (re)découvrir le concept d'une seule santé,
- expérimenter des animations permettant de sensibiliser à cette approche,
- identifier des ressources et supports pédagogiques pour intervenir sur ce thème auprès de jeunes ou du grand public.

**A destination :** des professionnels de l'éducation, du social, de la santé, des élus.

**Inscription gratuite avant le 24 février: [ici](#)**

ou par téléphone : 06 99 72 71 81

Avec le soutien financier de l'ARS ARA



## 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.*