



PLATEAU  
RESSOURCE

# UN JARDIN ADAPTÉ

## POUR TOUS ET TOUTES

*Des activités à découvrir et faire ensemble :*

- *Des ateliers de bien-être au jardin avec les habitants et des structures.*
- *Un lieu pour se détendre, soulager les maux et réduire l'anxiété*
- *Un espace pour valoriser la biodiversité et la nature en ville.*

# Un jardin pour se sentir bien...



## Contexte

Après plusieurs temps de concertation avec les habitants et les structures, le **désir de créer un jardin adapté comme support d'actions favorable à la santé** mentale et physique a émergée au sein de Plateau Ressource.

## Déroulé des séances

L'importance est de prioriser le bien-être des personnes au jardin avec des actions facilitatrices afin **d'éveiller la détente, de réduire les états d'anxiété ou de stress et de favoriser l'estime de soi.**

## Ambition du projet

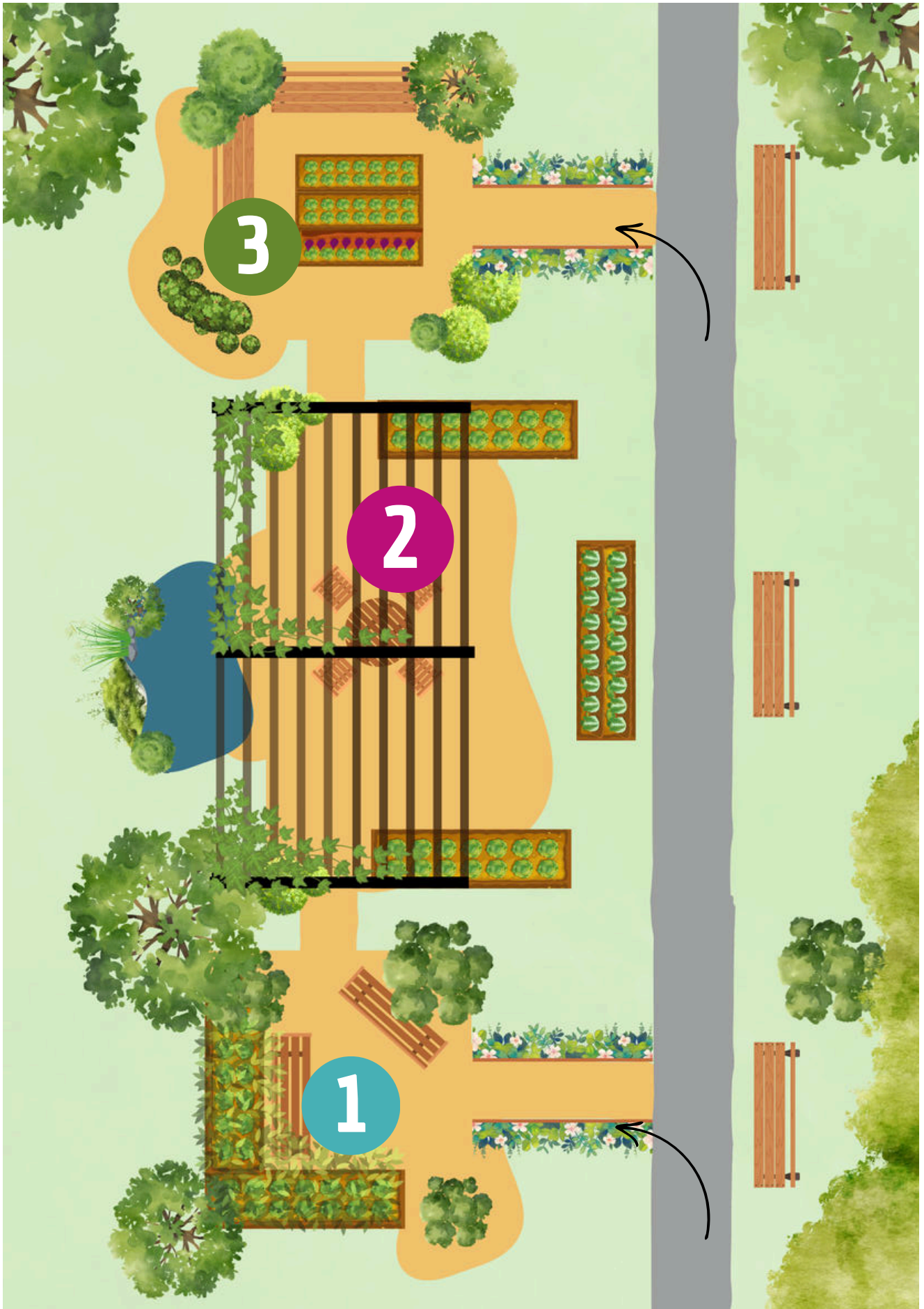
Ce projet se dessine au travers **des espaces de jardinage apaisants, sécurisants adaptés et inclusif.** (outils appropriés, jardinières à hauteur variable, nature cultivée plus accessible,...)

L'espace à destination du jardin adapté se dessine sur environ 100m<sup>2</sup> autour de 3 zones, au centre de l'espace Plateau Ressource.

En lien avec la Fédération Jardin Nature et Santé nous avons composé différents univers :

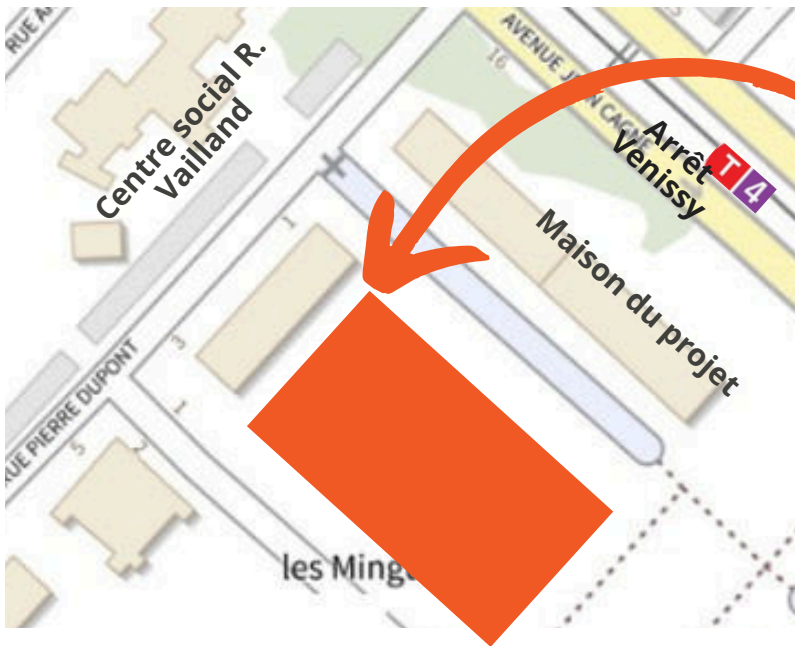
- 1** une zone favorisant stimulant les 5 sens avec des assises et des arbustes offrant un lieu relaxant (plantes colorées, grimpantes, odorantes comestibles...)
- 2** un lieu de rencontres et d'ateliers autour du potager avec des jardinières adaptées (troubles musculosquelletiques, fauteuil roulant...)
- 3** une zone de plantes médicinales et aromatiques cultivées par et pour les bénéficiaires (verveine, thym, romarin, calendula...).

# Plan de l'espace à venir



**Plateau Ressource** est un espace situé à Vénissieux sur le plateau des Minguettes destiné **au développement de la nature en ville** avec les habitants et les structures locales. C'est un lieu ressource de 2800 m<sup>2</sup> pour développer la biodiversité, le nourricier, le bien-être,...

Les actions mises en place sur cet espace développent les compétences des participants et favorisent la création de lien social, par le "faire-ensemble".



## Le lieu

Un espace vert aménagé de 2800m<sup>2</sup>, à l'angle des rues G. Charpak & P. Dupont.



Vénissy  
Frida Kahlo

**Vous souhaitez nous contacter ?**

[plateau.ressource@gmail.com](mailto:plateau.ressource@gmail.com)

**Andréa MALDONADO (Le Passe-Jardins) 06 77 98 34 72**

**Mathieu MOUTET (Graines de Bio-Divers-Cité) 07 83 30 93 30**

**Ce projet s'inscrit dans le projet territorial Plateau Fertile porté par la Ville de Vénissieux, avec le soutien de :**

