

LE DEHORS DANS UNE MAISON DE REPOS

Charlotte Dufour nous parle de son travail et de la relation au dehors-dedans en maison de repos, et des bienfaits que cela procure aux résidents.

Dans le cadre du projet Jardins racines, Charlotte Dufour a lancé un atelier jardin itinérant dans les maisons de repos de Bruxelles, avec différents CPAS. Principe : visiter l'espace vert, à travers une série de rencontres, mener des approches arts plastiques, terre, contes,... dessiner le jardin qu'on aimerait, pour aboutir à comment transformer le jardin. Exemples : faire et poser des sculptures, décorer les murs, placer des tuyaux en arcades, des bancs, planter... Il s'agit ensuite de rencontrer le service technique pour pouvoir transformer le lieu. Les ateliers réunissaient 12 à 25 vieilles personnes. Pour Charlotte Dufour, ce fut 15 années de rencontres inouïes avec des personnes qui n'avaient pas l'idée d'être co-créateurs de leur jardin, de vivre des ateliers artistiques pour transformer les jardins en y posant leurs œuvres. C'est aussi mettre son nom sur les éléments naturels : le rosier de Charles, la violette d'Angèle... Cela a permis le développement de l'expression de la part des personnes. Charlotte raconte l'histoire d'une vieille dame repliée sur sa chaise, qui, en voyant les cerises, tout d'un coup a raconté sa vie de petite fille en robe jaune qui escaladait les cerisiers pour manger les cerises avec ses frères, « *elle s'est dépliée de l'intérieur* ».

Après ces ateliers itinérants, Charlotte Dufour a été engagée au sein d'une seule institution pour travailler dans l'accompagnement des personnes. Hélas les accès au jardin ne sont plus la priorité de l'institution. Elle fait entrer un peu de jardin à l'intérieur lors d'atelier hebdomadaire. « *Les difficultés d'accès au jardin, c'est épuisant pour les personnes âgées (et le personnel de soin), les lieux ne sont pas conçus pour les liens avec le dehors* ».

Le cycle de la vie

Pour Charlotte, « *en voyant les cycles de la nature, les résidents se rapprochent de leurs propres cycles, dont l'idée de la mort, dont on parle peu ou pas bien. Quand on observe ça dans la nature, ça devient une évidence. Les personnes qui arrivent en institution ont du quitter leur appartement, beaucoup viennent de l'hôpital sans même repasser chez elle. Elles doivent quitter leur animal de compagnie, quitter environnement social, famille parfois. C'est toute une série de deuils, et quand la maladie est diagnostiquée, les digues craquent. Le jardin devient alors le berceau où on peut se poser, où on est tous égaux, dans un sentiment de liberté, on se sent libre même si on est paralysé dans une chaise. Le calme et la contemplation peuvent amener à la rêverie. Prendre soin du jardin, c'est aussi prendre soin de la vie, se sentir utile. C'est redonner une place aux personnes âgées. Comment être encore vivant dans ce monde ? Le jardin permet d'avoir cette sensation d'avoir une place dans le monde et dans la communauté* ».

« *Les soignants, eux, sont mis à rudes épreuves. Ils sont dans un corps à corps psychologique et physique avec les personnes. On pensait que si les besoins de base - nourriture et soins - étaient assouvis, si les personnes étaient un peu occupées, c'est suffisant. Mais où est le besoin de nourrir notre intériorité, de prendre soin de ce qui est vivant en nous, quelque soit son âge et sa maladie ? La manière dont les lieux sont conçus ne prennent pas un compte ce besoin de dehors, quand la nature est là, elles n'est pas souvent accessible en déambulateur. Pourtant, il suffirait parfois d'une rampe.*

Après avoir vécu le jardin, il y a quelque chose qui s'ouvre chez la personne ». Le jardin est un élément de transfert dans la communication.

S'inspirer de l'étranger

Depuis une 50 aine d'années, il y a des jardins de soins, aux Etats Unis, maintenant aussi en France. Lors d'une conférence de Thérèse Jonveaux, neuro-psy et chef du service Soins de suite et soins palliatifs du CHRU de Nancy, Charlotte Dufour a découvert un projet dont on devrait s'inspirer chez

nous : elle a mis les personnes désorientées (malades d'Alzheimer ou maladie apparentées), celles qui bougent le moins, non pas dans un étage clos, mais au rez-de-chaussée pour qu'elles puissent sortir dans le jardin, un jardin où toutes les précautions ont été prises pour que les personnes soient libres mais en sécurité. Le constat est que les personnes ont moins besoin de médicaments grâce au contact du dehors, avec la réminiscence du jardin, les personnes sortent des idées, des savoirs, alors qu'elles ne parlaient plus.

L'importance de la formation

Après avoir écouté Charlotte Dufour, les participants à cet atelier des Rencontres de l'ErE se rejoignent sur les constats et propositions : il y a peu de prise en compte du dehors et de la nature dans les institutions de soin, il faudrait former les architectes au niveau de la conception des lieux et former les aides-soignantes à sortir. Et si les animateurs environnement se formaient et proposaient des projets à des directeurs / équipes de maisons de repos ?

Un ouvrage à lire : « Toucher la Terre » de Anne Ribes, sur les jardins en milieu de soin.

Contact :

Charlotte Dufour – charlotte.dufour@skynet.be

Prise de notes : Christophe Dubois et Joëlle van den Berg, Réseau IDée

Les bienfaits du dehors identifiés par les participants lors de cet atelier :

- *Reprendre confiance en soi grâce aux jardins qu'ils créent ensemble. C'était super.*
- *Se souvenir des bons moments, raconter, se raconter, sérénité, être en contact avec le vivant, comprendre l'impermanence des choses et des éléments, vivre et revivre*
- *Garder de l'autonomie, de l'émerveillement de l'ouverture au monde.*
- *Pour apaiser, partager, rayonner, s'embellir, se relire, méditer*
- *Suivre l'atelier dehors en Maison de repos, c'est chouette pour découvrir comment rétablir les sens dans le corps des personnes vieillissantes, comment donner une place aux personnes âgées, comment guérir et sauver en observant les cycles naturels, comment sortir de l'enfermement de son corps et vivre la liberté dans le contact avec la nature.*
- *Se sentir utile*
- *Sortir dehors avec les personnes en maison de repos (jardins des maisons de repos). Projet intéressant mais trop peu connu pour qu'il soit mis en place alors qu'il paraît indispensable pour nos aînés. A faire connaître !*
- *Etre en relation avec un jardin, un des piliers des besoins fondamentaux*
- *La nature dans une optique de soin et de bien-être chez les résidents*