



1/ Face au talus, la présence d'un potager est essentielle pour aider les patients à retrouver des fonctions cognitives propices à l'avancée thérapeutique : se remémorer une odeur, se souvenir d'un moment agréable... 2/ Dans la cour, des bacs de 100 x 100 x 40 cm accueillent une palette de plantes aromatiques : ciboulette, thym, sauge...

## Le jardin comme médiateur de soins

La prise en charge et la prévention de la dépendance, qu'elle soit liée à la maladie, à l'avancée en âge, ou à un handicap congénital ou cognitif, ne passent pas simplement par une politique d'augmentation du nombre de lits et des animations de 'couloirs'. L'art, la culture, mais aussi la pratique du jardinage complètent les stratégies thérapeutiques conventionnelles en stimulant les circuits sensoriels, l'autonomie, la mémoire, les projets de vie... C'est tout l'intérêt des jardins de soins, comme celui implanté à l'Institut Mutualiste Montsouris, à Paris.

Excepté quelques pelouses sans âmes ponctuées d'arbres de haute stature, la plupart des établissements de soins ne sont pas réputés pour leurs espaces verts. Les hôpitaux sont bétonnés et la claustration des patients, parfois en fin de vie ou déconnectés du monde physique, limite l'avancée thérapeutique. Fort heureusement, la vision holistique du personnel soignant, médecins et infirmières, soutenus par des paysagistes convaincus, soutiennent la conception de nouveaux espaces de prise en charge des patients : les jardins de soins, le terme de thérapeutique étant plus favorable à un traitement médical. "Pour tous, le jardin est un lieu serein et une trêve nécessaire. Et tous, nous avons des fragilités et des failles. Que ce soit une incapacité d'autonomie, une maladie, des souffrances, le jardin pense. Sans effort, le jardin accueille ou accompagne" indique Louis Benech, paysagiste. En effet, il est prouvé que les jardins permettent d'améliorer la qualité de vie et la santé des patients (réduction de l'anxiété, pression sanguine plus faible, extériorisation, diminution des prescriptions médicamenteuses...). C'est ce qui explique sans doute l'intérêt croissant des équipes médicales, pourtant en manque de financements, dans la création de jardins de soins. Conscient de l'intérêt de ces espaces de nature dans la thérapeutique conventionnelle, l'équipe du département pédopsychiatrique

de l'Institut Mutualiste Montsouris, en collaboration avec l'association Jardin Art et Soins, la Fondation Gecina et la Verde, a souhaité offrir à ses patients un jardin de liberté, métaphore du jardin de soins, propice à la transition vers l'autonomie. Résultat : même avec des moyens limités, le jardinage est aujourd'hui perçu par les équipes médicales comme un outil de médiation thérapeutique. "Le personnel impliqué dans ce projet a confirmé ce qu'il pressentait : le jardinage est synonyme de partage, d'échange, au contact du réel et des souvenirs. Apprécié au rythme des saisons, il permet d'éprouver des joies simples, concrètes et de s'enraciner dans la vie. Il offre aux adolescents le plaisir de faire, de voir, de sentir, de contempler, de goûter ; il est apprécié à la fois par les patients, les parents et les soignants" indique Nathalie Godard, pédopsychiatre.

### Faire savoir et faire comprendre

L'idée d'un jardin de soins est apparue en 2010, à l'initiative de Florence Perotti, infirmière. "Les extérieurs des bâtiments pédopsychiatriques, pourtant très ensoleillés, se résument à une grande plaque de béton parsemée d'espaces engazonnés et d'un talus qui traversait tout l'espace". En tant que jardinier amateur, le personnel soignant, de sa propre volonté, décide de mettre à la disposition des patients 6 big bag de chantier de 100 x 100 cm, tous plantés



3/ Très odorant, le romarin rampant (*Rosmarinus officinalis* 'Prostratus') a été utilisé pour couvrir les zones talutées difficiles à entretenir. Et nombreux sont les patients qui aiment caresser la plante et retrouver son parfum caractéristique. 4/ Organisation d'ateliers de jardinage avec de jeunes patients. Les objectifs du jardin de soins sont multiples : retrouver le goût du travail manuel, rétablir des projets de groupe, calquer son rythme de vie sur celui de la nature.

d'espèces potagères. "Ils proviennent du Domaine de Courson qui nous a également fait don de plantes et de pots". Et le test s'est avéré concluant. En 2012, au vu de l'ampleur du projet et de l'observation des premiers signes cliniques favorables à l'avancée de la thérapie, deux membres du personnel soignant partent en formation au Domaine de Chaumont-sur-Loire pour 'étouffer' le jardin en place. "En présentant notre projet de jardin dans une grande structure comme Montsouris, les partenaires de l'association Jardin Art et Soins étaient très enthousiastes". Ces derniers, sensibles à la dynamique de l'équipe, ont proposé leur aide. En effet, la dimension 'artisanale' et précaire des moyens mis en œuvre était difficilement pérenne.

### Prendre soin des plantes...

Un jardin de soins n'est pas si différent d'un jardin dit classique. "Il ne faut pas chercher à créer un jardin conceptuel, c'est-à-dire intelligent et d'un usage facile. La nature doit s'exprimer librement, avec ses avantages et ses inconvénients, afin de transmettre aux patients la réalité de la vie" indique Louis Benech, qui a participé bénévolement à la requalification du jardin de soins de Montsouris. Le jardin existant possédait quelques arbres, des espaces ensoleillés, d'autres ombragés, et un petit potager de pleine-terre. Le paysagiste a donc souhaité conserver la conception originelle en intégrant quelques améliorations, tant pratiques qu'esthétiques. C'est ainsi que les bureaux de consultation donnant sur l'extérieur sont désormais protégés par des *Ligustrum japonicum* en cépée, des *Laurus nobilis*, des *Viburnum Tinus* ou bien encore des rosiers grimpants mis en place dans des pots. "Contrairement à ce que l'on peut penser, intégrer des plantes épineuses comme des rosiers, ne génère pas des comportements d'agressivité, même après une éventuelle piqûre. Au contraire, on observe un certain respect" remarque Alain Calender. Le potager a été conservé pour inciter les patients à travailler, à prendre soin des plantes comme elles sont susceptibles de prendre soin d'eux, de renouer un contact avec le vivant, d'apprécier le lien de causalité entre l'entretien et la production... Certains rédigent même des 'cahiers de jardin', où chaque patient relate l'histoire du jardin, ses plantations, son entretien, ses récoltes... "Nous avons

### OBSERVER LES BÉNÉFICES DU JARDIN

Une réorganisation globale des espaces autour du département de psychiatrie était nécessaire, afin que le jardin devienne un lieu adapté aux patients et à leur famille. "On participe à la préconception d'un jardin adapté aux différents profils pathologiques rencontrés : un parcours sensoriel pour les patients grabataires, un parcours de motricité pour les personnes en rééducation, des parterres de roses pour contrer le comportement impulsif des patients atteints de la maladie d'Alzheimer..." précise Alain Calender, médecin aux Hospices Civiles de Lyon et fondateur de l'association Jardin Art et Soins, reconnue d'intérêt général. En mettant l'accent sur les expériences du personnel médical et en invitant, par des publications scientifiques, à porter une observation et une réflexion sur les bénéfices des jardins en milieu hospitalier, l'objectif est donc de confirmer le bénéfice de ce nouvel outil dans le cadre d'études formalisées et officielles.

d'abord cherché à créer un jardin de plaisir, pas forcément un jardin thérapeutique proprement dit" soutient Florence Perrotti. Les pommiers de la cour intérieure, qui ne fleurissaient plus par manque de lumière, ont été déplacés dans la partie basse du talus central, en compagnie de quelques essences nobles et connues : *Quercus Ilex*, *Quercus myrsinifolia*... A leur place, un assortiment de plantes d'ombre embaume aujourd'hui la cour. Les patients peuvent profiter de la floraison des *Hydrangea* grimpants plantés dans une dizaine de bacs en aluminium de 150 x 40 x 150 cm, des vignes ornementales (*Vitis cignetia*) intégrées dans des pots de ø 50 cm, des carrés de plantes aromatiques (ciboulette, thym, sauge...)... Sur le talus, autrefois couvert de ronciers difficiles à entretenir, le paysagiste a fait le choix de planter du *Rosmarinus officinalis* 'Prostratus', à la fois odorant et couvrant, des lavandes, pour leur côté familier et leur parfum facilement reconnaissable. Des haies de *Laurus nobilis*, des *Prunus Lusitanica*, à l'ombre de bouleaux et marronniers existants et des *Kœlreuteria paniculata*, sélectionnés pour leur port ombragé, complètent l'offre végétale. Au final, le jardin de soins de Montsouris, qui a nécessité un mécénat de 20 000 €, est un véritable laboratoire d'expérience sensorielle, dont les bénéfices ont toutefois l'avantage d'être pris en compte par le corps médical. Un bel exemple à suivre.