



24 MAI 2019

**FACULTÉ DE MÉDECINE CHU
DE SAINT-ETIENNE**

Journée d'étude avec :

**"Le jardin des Mélisses" – Le
centre de réhabilitation
psychosociale "RéhaLise" et
le CHU de Saint-Etienne**

**"DES JARDINS
POUR
PRENDRE SOIN"**

Avec la participation exceptionnelle de

Roger S. Ulrich, PhD

Professor of Architecture and Landscape,
Department of Architecture and Centre for Healthcare Architecture,
Chalmers University of Technology.



LES JARDINS DE SOIN

- ❖ **Intervention de France Criou-Pringuey**, médecin généraliste – Paysagiste : la biophilie : bases scientifiques du jardin de soin au jardin thérapeutique.

Eco-thérapie

La biophilie est un concept qui existe depuis longtemps. Ce concept a été évoqué pour la première fois par Edward O. Wilson, entomologiste américain à l'origine du concept de la biodiversité : diversité des processus du vivant (et non des espèces).

Théorie de la savane : Les paysages de savane sont les racines de l'esthétisme idéal pour la plupart des personnes. ("La savane est le paysage universel : un paysage de savane, positif pour tout le monde. C'est un paysage primaire, là où est apparu l'homme. Il provoque l'apaisement". Voir le CR du Dr Pringuey de mars 2015)

Un jardin en psychiatrie, quelle folie !

- ❖ **Intervention d'Aude Joubert, Audrey Rossi et Laure Teissier**, cadres de santé et IDE au pôle psychiatrie CHU SE

Le jardin des Mélisses existe depuis 2015. C'est un jardin où le soigné devient soignant.

Les séances d'hortithérapie commencent par un temps d'accueil, d'échange, de présentation. Puis est proposé un échauffement physique en faisant le tour du jardin. Ensuite peuvent commencer les activités de jardinage.

En fin de séance, une évaluation est faite suivie d'un nouveau temps d'échange. A la fin des 8 séances (durée de la thérapie) une fiche de synthèse est rédigée qui est incluse dans le dossier du patient.

Sur 4 ans, 250 patients ont fait partie du programme. Il est constaté une diminution de l'anxiété et une renarcissisation.

Ce soin représente aussi un nouveau regard sur l'évaluation clinique du patient car ce ne sont pas les soignants qui le suivent habituellement.

Ouverture sur l'extérieur

Un partenariat a été fait avec le lycée horticole Montravel où des patients y ont fait un atelier de compostage avec les lycéens.

Des échanges sont faits avec l'espace social l'Alphée et la maison des usagers : lectures dans le jardin, concert pour la fête de la musique, illumination du jardin en décembre, exposition des photos du jardin faites par les résidents.

Conception participative des jardins thérapeutiques

❖ Intervention de Jérôme Pellissier – Ecrivain, docteur en psychologie

Les jardins sont tous différents. **Il y a autant de jardins que de jardiniers !** Il faudrait d'ailleurs lancer une étude de psycho-jardinage !

Beaucoup de réalisations sont aberrantes. À l'image de la BNF de France à Paris où les livres sont rangés sur les plus hauts étages, dans le soleil, alors qu'ils devraient être protégés. Les chercheurs sont tout en bas dans l'ombre !

Beaucoup de jardins en ville sont faits sans concertation. Plus un jardin est fabriqué avec la participation du public plus il est investi. Quand il est plaqué sans intégration dans un projet, ça donne un effet gadget. D'ailleurs ces jardins "plaqués" sont souvent vandalisés.

"Ce que tu fais pour moi mais sans moi, tu le fais contre moi" (Gandhi).

Pour un jardin de soin, la démarche de création elle-même doit être thérapeutique. On est déjà dans le prendre soin. **Plus on a de pouvoir sur son environnement, plus on peut prendre confiance.**

Références : Blog "le bonheur est dans le jardin" : <https://lebonheuredanslejardin.org>

Dans ce blog, un article sur la journée "Des jardins pour prendre soin" : <https://lebonheuredanslejardin.org/2019/06/03/des-jardins-pour-prendre-soin-au-chu-de-saint-etienne-une-journee-energisante/>

Thèse de doctorat en sociologie de Vincent Larbey "Jardins et jardiniers : les pieds dans la terre, la tête dans les nuages. Une anthropologie du potager".

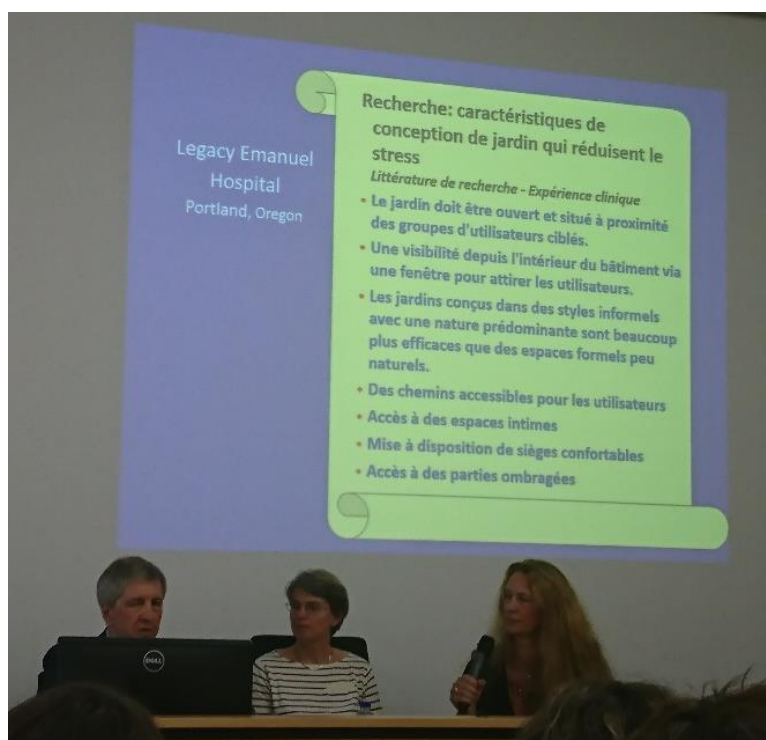
L'ENVIRONNEMENT DU SOIN

Pr Roger Ulrich, professeur d'architecture en Suède et au Danemark.

Pour Roger Ulrich, la conception des bâtiments intérieurs et extérieurs influence le soin. Les humains ont une forte tendance à réagir positivement à la nature. Cela repose sur une base génétique. La réduction du stress est possible par la végétation, les fleurs, l'eau mais pas avec le béton, le métal ou le verre.

La nature réduit le stress dans différentes cultures. Elle réduit la douleur, augmente la satisfaction, réduit la colère et l'agressivité qui peut être provoquée par le stress. Elle est un facteur de réduction de la pression artérielle.

Une étude a démontré que les patients avaient un meilleur rétablissement après une chirurgie si leur chambre donnait sur un jardin plutôt que sur un mur. Les personnes avaient moins de céphalées et moins de nausées. La consommation de médicaments antidouleur était diminuée.



Le Pr Roger Ulrich à gauche

À l'hôpital psychiatrique Östra à Göteborg en Suède, chaque service de 14 patients a un jardin avec accès direct et libre pour les patients. Mais contrairement au Jardin des Mélisses, ces jardins ne sont pas des jardins thérapeutiques, qui font partie du soin à part entière. Ce sont des jardins d'agrément. Le CHU de Saint-Etienne est vraiment novateur avec le jardin intégré dans le processus de soin.



Östra
Hospital
à Göteborg

<https://www.chalmers.se/en/news/Pages/Good-architecture-brings-lower-levels-of-violence-in-psychiatric-care.aspx><https://whitearkitekter.com/project/ostra-hospital-emergency-psychiatry-ward/>

Providence St. Vincent
Hospital Portland, Oregon

Emergency Department
Waiting Room - with
garden views to reduce
stress, aggression,
increase satisfaction

Design: ZGF and Robert Murase



À l'hôpital St Vincent de Portland aux États-Unis, la salle d'attente des urgences donne sur une cascade.

En psychiatrie, des jardins verrouillés et inaccessibles peuvent augmenter le stress et les comportements agressifs des patients. Les jardins devraient être idéalement accessibles aux patients de la psychiatrie sans que le personnel ne soit obligé de les accompagner.

En suède, dans un hôpital pour patients en psychiatrie pourtant très violents, l'accès au jardin est sécurisé dans une cour intérieure. 100% des chambres, individuelles, donne sur le jardin.

Les jardins sont aussi importants pour le personnel soignant car ils sont un facteur de réduction du burnout. Ils contribuent à la fois au bien-être des patients mais aussi des familles et du personnel.

PAUSE DÉJEUNER

Toutes les personnes présentes étaient conviées au "Jardin des Mélisses" pour une "déambulation gourmande" autour d'un buffet. Celles et ceux qui ne connaissaient pas encore le lieu ont pu apprécier sa fraîcheur sous les arbres et admirer les plantations de fleurs, de légumes et de plantes aromatiques.



LES JARDINS THERAPEUTIQUES EN PSYCHIATRIE

Les initiatives du CHU de Saint- Etienne

- ❖ **Intervention de Blandine Cherrier,
Valérie Suraud et Laure Teyssier**
(Equipe soignante psychiatrie adulte)

*"Il pousse plus de choses dans un jardin
que n'en sème le jardinier"* (proverbe
espagnol ?)



Conduite d'un Programme hospitalier de

recherche infirmière et paramédicale (PHRIP) : "Étude de l'impact de la médiation par le jardin de soins sur l'état anxieux de patients adultes hospitalisés en psychiatrie".

Le budget de cette étude, validée par le ministère de la santé, est de 270 000 euros, versés en plusieurs tranches, sur 24 mois.

Méthodologie:

Un total de 190 patients vont être répartis en deux groupes : Hortithérapie et groupe témoin, par tirage au sort.

À ce jour, 116 personnes ont suivi le programme, sur plus de 24 mois (ce qui représente plus de la moitié des patients).

Les personnes ont toutes plus de 18 ans avec une durée d'hospitalisation d'au moins un mois. Elles doivent être aptes à débiter une médiation et avoir eu le vaccin antitétanique.

Chaque personne est évaluée pendant 8 séances. Une échelle d'auto-évaluation est à remplir avant et après chaque séance par le patient. Un choix parmi vingt adjectifs permet de décrire les émotions et sentiments du moment présent. Un entretien est réalisé au bout de 4 séances et un deuxième, 4 séances plus tard.

Les bénéfices de la médiation sont nombreux :

- Évoluer dans un collectif, soutenir l'autonomisation et favoriser la réadaptation à la vie sociale
- Promouvoir l'activité physique,
- Participer au développement d'une meilleure estime de soi,
- Favoriser la concentration,
- Retrouver du plaisir et de l'intérêt,
- S'appuyer sur la stimulation des sens,
- Aider à l'apaisement des souffrances psychiques.

- ❖ **Intervention de Céline Brun, Bénédicte Preynas et Sébastien Hernandez – IDE Hôpital de jour TCA (Troubles des conduites alimentaires)**

L'expérience sensorielle dans la prise en charge des TCA

L'unité TCA au CHU de Saint-Etienne, sur le site de Bellevue est une jeune pousse du "Jardin des Mélisses" puisqu'elle pratique aussi l'hortithérapie, à sa façon.

Des bacs à plantation ont été installés, ce qui rend l'entrée du service plus chaleureuse.

Ils permettent de travailler sur la notion de prendre soin de soi : les patients font des plantations de graines, des repiquages de plants, ce qui est très délicat à faire car les plants sont très fragiles. Les personnes faisant cette activité faisaient ça avec beaucoup d'attention et de concentration.

Les plantes créent des racines pendant un certain temps, au détriment des feuilles qui jaunissent. Cela est très symbolique pour les malades.

Ces plantations permettent de vivre et d'apprécier le moment présent. Ce peut être des moments de méditation, de stimulation sensorielle apaisante. Cela fait aussi baisser le rythme cardiaque et la tension artérielle.

❖ **Intervention du Dr Romain Pommier**, en charge du "Jardin des Mélisses", psychiatre à RehaLise, le centre de réhabilitation psychosociale de Saint-Etienne.

Jardiner avec les patients : une pratique orientée vers le rétablissement ?

Cela représente un désir commun écologique et social et une richesse de l'approche qualitative.

Il y a un besoin d'innovations thérapeutiques non invasives, non traumatiques et complémentaires aux prises en charges existantes.

Il propose une définition du rétablissement, par le comité des usagers du centre de réhabilitation psychosociale de Lyon SUR-CL3R :

« Le rétablissement désigne un processus par étapes qui vise à recouvrer un niveau de bien être pour retrouver sa capacité de décider et sa liberté d'agir. Apprendre à mieux se connaître, reconnaître ses troubles et les accepter, sont les clés du rétablissement. Ce processus permet à la personne de contribuer à restaurer un équilibre de vie afin de trouver sa place dans la société en construisant un projet qui lui soit adapté. Retrouver un sens à sa vie, c'est aussi mettre en place des activités de loisir, de plaisir ou de travail qui auront pour objectif l'épanouissement de chacun. C'est aussi la possibilité de se dégager du statut de malade psychique et de se reconsidérer comme une personne parmi tant d'autres. [...] Se rétablir c'est l'espoir d'un avenir meilleur ! »

Pour Hermann Simon, psychiatre allemand dans la première moitié du 20^{ème} siècle, l'hôpital psychiatrique souffre de trois maux :

- L'inactivité des patients
- Le préjugé d'irresponsabilité qu'on leur impute
- L'ambiance défavorable qu'on leur propose

Références :

Cynthia Fleury, philosophe et psychanalyste, qui a co-écrit "Le souci de la nature".

Patricia E. Deegan "une militante des droits des personnes handicapées, psychologue et chercheuse vivant aux États-Unis. Elle est connue en tant que défenseur du mouvement de rétablissement de la santé mentale et est une conférencière et une formatrice internationale dans le domaine de la santé mentale." (source : wikipédia)