

Le Mensuel a décidé d'ouvrir ses colonnes à vos contributions. Ce mois-ci, Isabelle Desmoulins, psychologue à l'Ehpad public Galignani, évoque le projet Culture et Santé « La beauté du souvenir »¹. Elle décrit l'impact de cette démarche auprès des résidents, des familles et des professionnels.

Quand un Ehpad invite l'art dans ses murs...

Naissance d'une farandole d'histoires et de souvenirs

par **Isabelle DESMOULINS**
Psychologue

Pour les résidents de l'EHPAD Galignani², ce projet s'inscrit dans la continuité du travail d'écriture initié pendant le confinement de mars 2020. Face aux sentiments d'isolement et d'enfermement induits, l'idée de proposer un espace de liberté s'est imposée. En effet, dans le contexte très anxiogène de cette crise sanitaire, il était primordial de rompre la spirale mortifère et de permettre une évasion, une ouverture vers la création et ainsi la vie.

Au fil des mois, les résidents sont restés très investis dans cette approche et se sont appropriés ce moyen d'expression. Ainsi, ils ont retrouvé une envie et un possible de dire. A travers l'écriture ils témoignent d'une vie, leur vie d'avant, de maintenant, de leurs souffrances, de leurs plaisirs et de leurs désirs aussi.



L'écriture est source d'un réel plaisir en sus du sentiment de liberté, d'exister, d'une expression de soi et de son histoire. Plaisir à écrire, se raconter, témoigner d'une époque, graver le passé et surtout s'inscrire dans une dynamique ouverte sur l'avenir. Ecrire pour soi mais aussi pour les autres, pour être lu, pour le plaisir de partager, pour laisser une trace et donner de l'avenir au passé.

Un espace d'expression

Le projet d'ouvrir ce travail d'écriture sur une nouvelle dimension culturelle s'est inscrit dans un contexte toujours très éprouvant pour les résidents de l'EHPAD. La lecture poétique est un moyen d'offrir une scène aux textes qu'ils

ont écrits : un espace pour lire, déclamer, transmettre, partager leurs ressentis... Cette approche est également confortée par le rapport de l'OMS du 11 novembre 2019 (basée sur 900 publications) mettant en évidence un impact positif de l'art sur la santé. « Faire entrer l'art dans la vie de quelqu'un par le biais d'activités telles que la danse, le chant ou la fréquentation de musées et de concerts nous donne une clé supplémentaire pour améliorer notre santé physique et mentale » déclare le docteur Piroška Östlin, directrice régionale de l'OMS pour l'Europe.³

1. Ce projet est principalement financé par la DRAC et l'ARS dans le cadre du programme « Culture et Santé » et la Fondation de France. Il est organisé avec la collaboration de la compagnie LIRIA et du Théâtre de Corbeil-Essonnes.

2. EHPAD public rattaché au Centre Hospitalier Sud Francilien situé à CORBEIL- ESSONNES (91)

3. <https://www.psychologies.com/Actualites/Sante-mental/>
Selon l'OMS l'art-thérapie est bénéfique pour la santé mentale et physique publié en janvier 2020



Un temps d'échange et de rassemblement a permis de raconter ce qu'il y a de plus beau dans leurs souvenirs, leur passé, leur enfance, leurs identités, leurs amours et leurs joies. « La beauté du souvenir » est un projet rassemblant différentes disciplines comme : le récit de vie, l'écriture, le conte, le jeu théâtral, la danse ... Cette nouvelle étape tend à développer encore plus l'expression de soi et de ses émotions en sollicitant le corps comme mémoire de notre passé, la sensorialité et l'imaginaire. Elle suscite la curiosité, stimule les ressources psychiques et les fonctions cognitives tout en étant centrée sur le plaisir et le bien-être. Elle développe l'ouverture sur le monde extérieur et a suscité l'envie de sortir au théâtre, à la médiation et de participer à des festivals.

Une ouverture aux familles

Tout au long de cette action, les résidents, les professionnels, les familles se sont unis autour de ce projet. L'ouverture aux familles est importante dans ce projet ; l'approche artistique restaure et / ou renforce les relations familiales rendues parfois difficiles du fait de la maladie, de la perte d'autonomie ou de l'entrée en EHPAD. Face à cette souffrance, l'atelier artistique devient vecteur d'un espoir possible dans la relation. En mettant en avant les ressources créatives, cette médiation permet de changer le regard porté sur son

proche. Elle devient support d'échanges, de partages et de plaisirs.

De même, l'association des soignants est primordiale afin de faciliter les interactions entre soignants, bénéficiaires et familles dans une dimension de partage et de confiance améliorant également le mieux-vivre ensemble. Cette activité artistique permet de voir les résidents sous un prisme différent notamment de repérer leurs capacités résiduelles. Ils peuvent ainsi retrouver une place dans la communauté dans un autre registre que celui de la maladie ou de la perte d'autonomie.

Tout au long de l'année, les spectacles et expositions mensuels sont venus enrichir la vie de l'EHPAD. A titre d'exemple, le spectacle des marionnettes géantes dansant au gré de la lecture des souvenirs des résidents a suscité beaucoup d'émotions, de surprises, de rêves et de magie.

Repousser la solitude

Ainsi, ces pratiques artistiques participent à développer les capacités relationnelles, à créer du lien entre les bénéficiaires et à promouvoir les relations intergénérationnelles. Cette dynamique de groupe aide à repousser le sentiment de solitude et favorise la réduction

des troubles du comportement (anxiété, agressivité, repli sur soi...) et de l'humeur. Cette amélioration est nettement visible sur les échelles de qualité de vie et de l'humeur.

Une représentation devant l'ensemble des résidents et patients, les familles et les personnels a été organisée pour clore ce projet. Elle contribue à la valorisation et une meilleure image de soi des participants mais représente également un temps fort sur le plan institutionnel. Ce spectacle est un moment de partage festif renforçant les liens soignants / soignés et aussi la dynamique d'équipe.

Pour conclure, dans le contexte sanitaire de ces dernières années, afin de lutter contre l'isolement, il paraît indispensable de réintroduire une dynamique sociale au sein des établissements. En effet, le besoin d'un espace de parole s'ouvrant sur l'extérieur est d'autant plus important que les bénéficiaires ont été régulièrement confrontés à des relations très restreintes et contraintes. Ainsi, il apparaît que le développement de la culture à l'EHPAD améliore le mieux-être, la confiance en soi, la qualité de vie des résidents. Ainsi, il préserve l'autonomie des bénéficiaires et renforce les liens familiaux. Ce média favorise également l'ouverture vers l'extérieur. De plus, cette aventure collective crée une dynamique institutionnelle et permet aux professionnels de garder du sens dans leur travail. Ce projet commun participe à modifier l'image du vieillissement et à combattre les idées reçues. ■



Compagnie • Les grandes personnes •