

L'ergothérapeute et les effets thérapeutiques de l'utilisation du média « jardinage »

Relevé d'expériences spécifiques à des domaines



Travail de fin d'études présenté par
Julie Gonzales
En vue de l'obtention du titre de
Bachelier en Ergothérapie
Année académique 2010-2011

Promoteur : Bénédicte Dayez
Co-promoteur : Bénédicte Vandenhove

Je remercie chaleureusement

Madame Vandenhove Bénédicte,
pour son efficacité, sa disponibilité et son accompagnement ;

Madame Dayez Bénédicte,
pour son enthousiasme, sa confiance et son soutien ;

Claude Driutti,
pour s'être donné la peine de relire ce travail et pour ses encouragements ;

Tibo,
pour le dessin de la couverture ;

Toutes les personnes interviewées,
pour m'avoir consacré une partie de leur temps si précieux ;

Tous les formateurs de l'institut, les amis et ma famille,
pour leur soutien tout au long de ces études.

1 Chapitre 1 : Partie théorique	7
1.1 Le jardin.....	7
1.1.1 DÉFINITIONS	7
1.1.2 HISTORIQUE	7
1.2 Classification des jardins.....	9
1.2.1 SELON LA FINALITÉ DU JARDIN	9
1.2.2 SELON LE STYLE DE JARDIN.....	10
1.3 Les modes de culture	12
1.4 Les outils de jardin	13
1.5 Aspects sociologiques des jardins	14
1.5.1 LE JARDIN: UN OUTIL PRATIQUE OÙ L'ON DÉCOUVRE LA SOCIABILITÉ.....	15
1.5.2 L'HOMME ET LA PLANTE : UNE RELATION PRIVILÉGIÉE.....	16
1.6 L'aspect symbolique du jardin	16
1.7 Les effets Thérapeutiques.	18
1.7.1 DÉFINITIONS DU TERME THÉRAPEUTIQUE	19
1.7.2 L'HORTITHÉRAPIE.....	21
2 Chapitre 2 : Partie ergothérapie	23
2.1 Définition de l'ergothérapie.....	23
2.2 « Le jardin qui soigne », choix du média	24
2.3 Rôle de l'ergothérapeute dans ce média	26
3 Chapitre 3 : Partie méthodologie	29
3.1 Étape du processus de recherche	29
3.2 Méthode pour l'exploration	30
3.2.1 RECHERCHES SUR INTERNET.....	31
3.2.2 TRAVAIL DE LECTURE	31
3.2.3 RELEVÉ D'EXPÉRIENCES	31
3.2.4 ÉLABORATION D'UN QUESTIONNAIRE.....	31
4 Chapitre 4 : Partie pratique	33
4.1 Résultat de la méthode pour l'exploration	33
4.1.1 RECHERCHES SUR INTERNET	33
4.1.2 TRAVAIL DE LECTURE	33
4.1.3 RELEVÉ D'EXPÉRIENCES	33
4.1.4 J'AI ÉLABORÉ UNE LISTE DE CONTACT	33
4.1.5 J'AI ENVOYÉ MON QUESTIONNAIRE.....	34
4.1.6 CHANGEMENT DE MÉTHODE	34

4.1.7 RÉSULTATS	34
4.1.8 J'AI FAIT DES VISITES.....	34
4.1.9 J'AI FAIT DES STAGES	39
4.1.10 J'AI RÉALISÉ UNE INTERVIEW	44
4.1.11 J'AI FAIT DES RENCONTRES	44
4.1.12 RÉPONSES À MON QUESTIONNAIRE.....	44
5 Chapitre 5 : Partie discussion	51
6 Conclusion	57
7 Annexe	58
8 BIBLIOGRAPHIE.....	63
8.1 Site internet	63
8.2 Articles électroniques.....	64
8.3 Livres	65
8.4 Articles	66
8.5 Illustrations	66
8.6 Visite	66

Cher lecteur, chère lectrice,

Afin de mieux comprendre ce qui m'a conduit à me lancer dans les études d'ergothérapie, il me paraît utile de présenter un petit résumé me concernant ainsi que sur mon parcours d'étudiant et sur les motivations qui m'y ont amené.

Je me présente, je m'appelle Julie. À 20 ans, j'ai choisi de faire des études universitaires de philosophie. Pourquoi la philosophie? Je pense l'avoir choisi parce que je me posais toujours beaucoup de questions. Elles m'ont permis d'acquérir des connaissances et des méthodes de raisonnement, une capacité à me remettre en question et à comprendre le sens de mon existence dans l'idée d'un développement personnel. L'origine d'un questionnement provient toujours d'une observation d'un phénomène et/ou de situations nouvelles ou existantes.

Le choix du thème de ma recherche n'est pas un hasard. A l'origine je me sentais impliquée dans une réflexion sur le suivi des patients en psychiatrie, en particulier ceux présentant des troubles d'addictions. Je me suis imaginée une structure d'accueil post-hospitalière : une ferme autonome à visée thérapeutique. Sa mission serait d'accueillir des adolescents et/ou adultes dans un programme de participation sociale.

C'est ainsi que l'ergothérapie a croisé mon chemin. Vous constaterez que le sujet de mon travail ne correspond pas. Pourtant dans une ferme, la plupart du temps, on jardine. J'ai choisi de travailler sur le thème du jardinage suite à une conversation avec mon promoteur où nous partageons des idées sur le plaisir de jardiner. J'ai choisi l'activité jardinage car je suis convaincue qu'elle procure de nombreux bienfaits. Comme je serai bientôt ergothérapeute, c'était l'occasion d'ouvrir cette porte dans ce domaine de l'activité qui soigne. J'aime jardiner, j'éprouve un grand plaisir à voir la graine que j'ai plantée devenir plante puis fruit ou légume. J'apprécie cette relation qu'entretiennent l'Homme avec la Nature. Je souhaite cette expérience à tous, surtout à ceux qui ont besoin d'être accompagnés dans un moment de vie parfois très difficile. Ce réconfort, ce plaisir partagé avec mon entourage, si heureux de me faire visiter leur jardin, goûter leurs fruits, échanger des idées, mérite d'être vécu.

Un travail de recherche entre dans un processus qui impose parfois de faire un choix thématique et méthodologique. J'ai choisi - en accord avec mon promoteur - de relever les effets thérapeutiques à l'utilisation du jardinage. Je voudrais savoir si, en tant qu'ergothérapeute, cette occupation humaine est un moyen utilisable pour accompagner les personnes en situation d'handicap. Pour répondre à cette question, j'ai décidé de rencontrer des personnes qui pratiquent cette activité dans plusieurs secteurs de soin. Par le biais d'un questionnaire et d'éventuelles expériences de stage, j'ai cherché à comprendre pourquoi ces professionnels ont choisi cette activité, donc à voir s'il existe des effets thérapeutiques spécifiques à chaque domaine de soin.

Aujourd'hui je pense avoir les moyens, grâce à ma formation, de rendre accessible cette activité aux personnes qui ressentent le besoin d'un accompagnement, d'un partage, d'une reconnaissance. Mon travail de fin d'année est selon moi, un premier pas vers ce long et magnifique chemin. Après vous avoir présenté les raisons pour lesquelles j'ai œuvré et écrit ce rapport - fruit de ma recherche - dans la première partie, je m'attache à définir le cadre de référence. Dans la deuxième partie, je tente d'apporter des éléments de réponse par rapport au rôle de l'ergothérapie dans l'activité « jardinage » en général puis ceux spécifiques à chaque domaine. Dans la troisième partie, je fixe une méthode de recherche afin de répondre à ma question. Dans la quatrième partie, je confronte mon cadre de référence à la réalité du terrain grâce à un relevé de différentes expériences dans divers domaines de soin. Enfin, dans la cinquième partie, j'analyse les résultats obtenus.

J'ai souhaité rendre un travail de fin d'année qui ouvrira une porte et dessinera le chemin de ma future profession. J'envisage par la suite de continuer à entrer en contact avec des personnes qui souhaitent partager avec moi leurs idées et leurs connaissances sur ce sujet afin d'avancer dans nos projets soit en commun soit chacun de son côté.

1 CHAPITRE 1 : PARTIE THÉORIQUE

1.1 LE JARDIN

1.1.1 DÉFINITIONS

D'après le dictionnaire de l'académie française, le terme « jardin » a été introduit au XIIe siècle. Il provient du latin « *hortus* » signifiant jardin et du francique « gart » ou « gardo » signifiant « clôture »¹.

D'après le dictionnaire Larousse, le mot « jardin » est un « *terrain, souvent clos, où l'on cultive des légumes, des fleurs, des arbres et arbustes fruitiers et d'ornement ou un mélange de ces plantes* »². Il peut être aussi un « *espace aménagé pour la promenade ou le repos, dans un souci esthétique et portant des pelouses, des parterres, des bosquets, des plans d'eau* ».

Pierre Grimal, dans « Jardins, de l'antiquité aux Lumières », nous documente sur l'étymologie du mot « jardin ». Je cite : « *un jardin est un enclos, un endroit réservé par l'Homme, où la Nature (les plantes, les eaux, les animaux) est disposée de façon à servir au plaisir de l'Homme* ».

Isabelle Auricoste, paysagiste, intègre dans sa définition de jardin, le savoir-faire humain : « chaque jardin implanté et cultivé décrit les limites d'un territoire défini, d'un domaine réservé et clos dans lequel l'esprit a réussi à comprendre et dominer les lois de l'univers ».

Dans toutes ces définitions, l'idée d'un **espace fermé** reste commune. Le jardin se différencie donc du champ, par son enceinte : grillage, haie, barbelé, barrière pourvu qu'il soit délimité. Pourtant, d'après Gilles Clément³, à une échelle planétaire, tout est lié. L'air que nous respirons reste le même partout. Il serait absurde d'intégrer dès lors le concept d'enclos pour caractériser un jardin, cela n'a pas de sens. En effet, de nombreuses variétés de plantes ont voyagé à travers la Terre et l'air. L'air a pour rôle d'assurer une liaison avec les différents composants de la Nature, tel que le pollen et les oiseaux, qui circulent librement dans le ciel. Après avoir défini le jardin, il m'a semblé intéressant de connaître son histoire.

1.1.2 HISTORIQUE

1.1.2.1 HISTOIRE DU JARDIN POTAGER

Jadis, les nomades vivaient de la chasse, de la cueillette et de la pêche. Les légumes ont tout d'abord été cueillis avant d'être cultivés. L'origine de l'agriculture provient, selon la littérature⁴, de la sédentarisation et s'est confortée avec une augmentation croissante de la population ainsi que la surexploitation des ressources sauvages.

En Europe, la cueillette reste courante jusqu'à la seconde guerre mondiale. Elle permettait de compenser les mauvaises récoltes. Les familles pauvres envoyaient leurs enfants ramasser des plantes dans la Nature pour les vendre.

1 Définition du mot « jardin », J. Dendien, consulté le 6/01/11, Académie française, analyse et traitement informatique de la langue française, neuvième édition version informatisée, [en ligne] ;

<http://atilf.atilf.fr/dendien/scripts/generic/resee.exe?s=3910577745;r=1,n=2>, s.d.

2 Définition du Larousse.

3 CLEMENT.G « Ma spécificité est d'être relié au vivant », entretien avec E.Roux, le Monde, 10/08/2005.

4 DELWICHE.P, « Du potager de survie au jardin solidaire, Approche sociologique et historique », Nature et Progrès, Belgique

A la période néolithique, l'agriculture a transformé les paysages européens⁵. C'est dans le nord de l'Europe qu'on retrouve le plus grand nombre de jardin potager. Le climat est rude et nécessite une alimentation riche : la culture des légumes prend une place particulière dans la famille, elle permet de confectionner des potées ou des soupes. Habituellement, les légumes étaient consommés par les gens pauvres, la viande étant trop chère.

Le jardin potager assure donc, un apport alimentaire capital pour la famille. Ne pas avoir faim est un combat permanent. De ce fait, le paysan apporte un soin très particulier à son jardin et ses récoltes font sa fierté.

Le jardin est clôturé afin de le protéger d'éventuels voleurs, animaux sauvages et domestiques. De plus, la clôture permet de conserver un lieu de bien-être et d'intimité pour son propriétaire.

En raison de leur alimentation principalement végétarienne et de leurs devoirs de charité, les moines ont pris une place importante dans l'évolution des techniques horticoles ainsi qu'à la propagation des espèces. On y trouve des plantes médicinales et toutes sortes de légumes destinés à soigner les pauvres.

Le souci esthétique et la naissance de jardin d'agrément écloront dès que les conditions sociales de l'Homme sont améliorées sans pour autant déborder sur le rôle alimentaire du jardin.

1.1.2.2 HISTOIRE DE L'ART DES JARDINS⁶

1000 ans av. J.C, les premiers parcs paysagers ont été inventés. À la fois verger et réserve de chasse, c'est aux Perses qu'on doit cette investigation.

C'est le roi de Babylone dans les années 600 av. J.C qui inaugure les premiers Jardins Suspendus, considérés dans l'antiquité comme l'une des sept merveilles du monde.

Au II^{ème} siècle, lorsque l'Empire Romain touche lentement à sa fin, **ces jardins d'agrément finissent par disparaître** avec le monde civilisé pour ne laisser la place qu'au jardin d'utilité.

Autour du X^{ème} siècle, les jardins servaient d'**endroit privilégié pour la méditation**. Les plus connus appartenaient aux monastères et abbayes qui consacraient une partie de leur jardin ornementale à la Vierge ; l'endroit prenait le nom de «jardin de Marie ». Les jardins de la renaissance proches des jardins romains, caractérisés par ses formes géométriques, labyrinthes et topiaires. Ils étaient conçus pour être en harmonie avec le paysage.

C'est au XVIII^{ème} siècle que les jardins classiques s'instaurent en Europe. L'art des jardins devient une passion. C'est en Angleterre, inspiré par l'art des jardins japonais que naît un style « le jardin paysager ».

Les arts du jardin au XIX^{ème} siècle mélangent de nouvelles espèces, intégrées grâce aux voyages. L'Europe adopte le **style à l'anglaise**.

Au XX^{ème} siècle, le jardin se répand à toutes les couches sociales.

⁵ op.cit.

⁶ BOUTEILLER.C, « l'art des jardins de l'antiquité à nos jours » ; <http://www.chateauquierzy.org>

Nous pouvons classer trois types de jardin en fonction de leurs finalités par rapport à l'être humain :

- des plantes pour se nourrir : le jardin potager ;
- des plantes pour le plaisir du « Beau » : le jardin ornemental ;
- les plantes pour se soigner : le jardin médicinal.

Dans cette partie, je vais faire des parallèles avec le public que l'on pourrait éventuellement rencontrer avec ces différentes finalités.

1.2 CLASSIFICATION DES JARDINS

1.2.1 SELON LA FINALITÉ DU JARDIN

1.2.1.1 LE JARDIN POTAGER

En effet, le jardin potager est destiné à répondre au besoin de se nourrir pour les êtres humains. Il est essentiellement composé de légumes. Leurs récoltes varient en fonction des saisons, de sorte que le jardinier et sa famille puissent se nourrir toute une année grâce à leur culture. S'ajoute au potager, les herbes aromatiques, leur rôle est de parfumer le repas en donnant un goût frais, citronné ou poivré. Dans ce cas, l'Homme soigne son jardin et, en contrepartie, celui-ci satisfait sa faim⁷.

Outre cet aspect, nous verrons plus loin quels sont les autres bénéfices du jardin potager que l'ergothérapeute peut proposer à différentes personnes selon les buts recherchés⁸.

1.2.1.2 LE JARDIN D'ORNEMENT

Selon le Larousse, les plantes dites « ornementales »⁹ font référence au charme de leurs fleurs ou de leurs feuilles. Un jardin d'ornement est composé, de végétaux bisannuels, annuels, rustiques, de plantes à massif qui fleurissent au printemps ou en été, d'herbacées vivaces, d'arbustes, d'arbres, de topiaires et de plantes grimpantes.

Le jardinier compose avec la Nature, il stimule les sens et partage le beau avec ses visiteurs. L'ambition du créateur justifie la naissance d'un jardin esthétique particulier et individualisé. L'Homme est influencé par son environnement, le jardin en fait partie, il a pour objectif principal, d'embellir celui-ci.

1.2.1.3 LE JARDIN MÉDICINAL

Autrefois, le jardin était l'armoire à pharmacie de la maison. La finalité est de soulager les maux de la famille. On y retrouve de nombreuses variétés de plantes : lavande, menthe, mélisse, camomille, bourrache etc.. L'herboriste utilise les racines, tiges, feuilles ou fleurs en fonction des vertus qui en ressortent. En effet, la plante présente des vertus thérapeutiques qui lui sont propre. Par exemple il est conseillé de boire une infusion de fleurs de camomille car elles ont des

7 Selon la pyramide de Maslow, se nourrir fait partie des besoins physiologiques de l'Homme, premier besoin à combler en vue de s'accomplir.

8 Développé dans la partie ergothérapeutique.

9 LAROUSSE, « *Jardin du débutant* », Larousse 2009, p4.

vertues anti-migraineuses¹⁰. Elles sont consommées de différentes manières : décoction, infusion, macération, fumigation, cataplasme ou sous forme d'huiles essentielles.

Outre les vertues thérapeutiques de ces plantes, l'avantage résulte aussi de leurs variétés. Elles stimulent l'odorat, le goût, le toucher et la vue de son visiteur. C'est un outil didactique très intéressant. La demande pourrait à la fois provenir d'un désir esthétique, de production et de bien-être. C'est donc le jardinier, doté de raison, maître de ses besoins, qui agit avec bon sens :

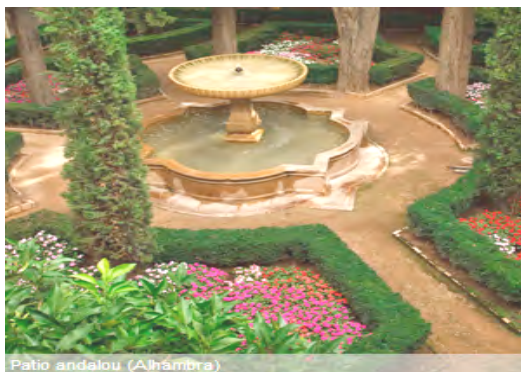
- s'il veut faire pousser ses propres légumes parce qu'il en voit une utilité, il va privilégier dans son jardin, un espace plus important pour le potager ;

- s'il souhaite au contraire, évoquer la notion de « Beau », créer une ambiance dans son espace de vie, nous comprendrons, qu'il est important pour lui de faire surgir ce plaisir de l'esthétique qui vibre en lui. Il va donc développer ses compétences dans la culture ornementale. Les effets du jardin sur l'Homme résultent donc de sa propre essence.

1.2.2 SELON LE STYLE DE JARDIN.

« L'apparence purement physique d'un endroit donne beaucoup d'informations sur la valeur propre des gens qui y vivent. Si un environnement est mal entretenu ou s'il est stérile et manque de vie, il envoie des messages qui ne valorisent ni l'endroit, ni les gens, il fait supposer qu'on n'y est pas bien » (Menezos Suzanne¹¹). Le style de jardin dévoile en quelque sorte la philosophie de vie de son créateur.

1.2.2.1 LE JARDIN CLASSIQUE¹²



Le jardin classique est un jardin ordonné, strict aux contours réguliers, en lignes ou arrondis et toujours symétrique.

Parmi les jardins classiques, on retrouve différents styles : à la française, à l'anglaise, à l'italienne et à l'andalouse.

- le jardin à la française, synonyme d'axe régulier, se caractérise par la taille des arbustes, l'entretien du gazon, la présence de fontaines, de sculptures tant minérales que végétales, la création de kiosques ;

- le jardin à l'anglaise présente des formes beaucoup plus déstructurées ;

- le jardin à l'andalouse tient compte du mode de vie. on retrouve des petits salons de style mauresque, incluant pergolas¹³ et verrières. Il retrace l'Espagne et son influence marocaine.

10 BERTRAND.B, « *Le carnet des Simples médecines* », édition Tarran, impr. 2008, p189.

11 VOIR ENSEMBLE, « *Cultiver son jardin par Suzanne Ménézo* », consulté le 3/03/10, [en ligne] ; http://www.voirensemble.asso.fr/article.php?id_article=429, 3p.

12 PAYSAGIS, « Le jardin classique », http://www.paysagis.com/paysagiste_conseil_jardins/jardin_classique.htm,

13 Structure pour les plantes grimpantes.

Dans les jardins classiques, l'architecture est mise en avant. D'après « Le jardin du débutant »¹⁴, le style de jardin dégage une ambiance qui influencerait les pensées de l'Homme. Ainsi, le jardin classique favorise la concentration de par sa structure. Il semble dégager une énergie structurante permettant d'orienter et confirmer nos pensées.

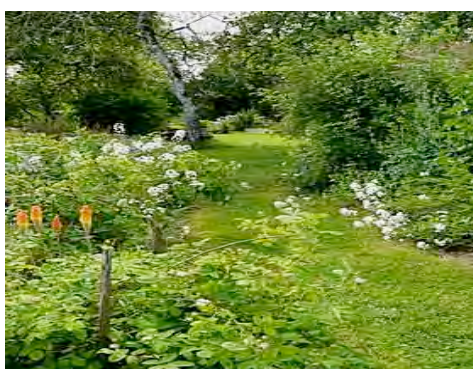
1.2.2.2 LE JARDIN INFORMEL¹⁵



Le jardin informel, sauvage ou écologique, est constitué de bordures et de massifs de formes moins strictes, à contours irréguliers, avec des sentiers sinueux. Il vise un total respect de la Nature. Le jardinier cherche à créer un cadre naturel en toute liberté. Il se caractérise par la présence de « mixed borders¹⁶ » ou bordures herbacées composées de plantes vivaces

Il dégage une ambiance paisible et conviviale, il accompagne son visiteur vers la relaxation, la réflexion et la contemplation. Le jardin informel crée une ambiance conviviale et paisible.

1.2.2.3 LE JARDIN CHAMPÊTRE¹⁷



Le jardin champêtre mélange toutes les plantes. On retrouve des plantes ornementales, des légumes et des herbes aromatiques, toutes dans le même massif.

1.2.2.4 LA CULTURE EN POT¹⁸



Il s'agit de cultiver des plantes dans différents contenants : jardinières, bacs ou suspensions. Ensuite, ils sont disposés sur les terrasses, aux quatre coins du jardin ou sur le rebord des fenêtres. Ils participent à embellir l'environnement physique de la personne.

14 LAROUSSE, « Jardin du débutant », Larousse 2009, p35.

15 PAYSAGIS, « Le jardin classique », http://www.paysagis.com/paysagiste_conseil_jardins/jardin_sauvage.html.

16 Ils sont surtout présents dans les jardins à l'anglaise.

17 SHPA, Société d'Horticulture du Pays d'Auray, « Les jardins de Kerusten », <http://hortiauray.com/Les-jardins-de-Kerusten>. s.d

18 Fortement inspirée du livre « *Jardin du débutant* », Larousse, 2009, p38-39.

Illustration : <http://misscanthus.romandie.com/archives/3517/200805/page/10>

L'avantage de ce mode de culture est qu'il est possible de toucher la terre sans qu'elle ne soit à même le sol, la hauteur variable du plan de travail favorise une position plus fonctionnelle et adaptée en fonction et selon le besoin de l'individu. C'est l'une des solutions qui pourrait être envisagée pour permettre à une personne à mobilité réduite, par exemple en fauteuil roulant, de continuer à jardiner. Ce mode de culture est aussi très bien adapté pour des personnes âgées, des personnes qui manquent de force pour travailler la terre dans un grand espace. Il permet de faire la mise en pot à l'intérieur, sur une table, les personnes étant confortablement installées.

Dans les grandes lignes, cette recherche sur les différents jardins, nous permet d'envisager le type de solution à élaborer par les différentes institutions pouvant être concernées par une approche ergothérapeutique du jardinage : gériatrie, école spécialisée, handicap mental, psychiatrie...

Par une approche de la typologie des jardins, il est possible de favoriser certains aspects par rapport à la population qui va jardiner. Voici un tableau qui nous permettra d'y voir plus clair.

TYPE DE JARDIN	AVANTAGES
JARDIN CLASSIQUE	Favorise la concentration, planification, structure, sécurise, offre un cadre, introspection, la régularité...
JARDIN INFORMEL	Favorise : l'imagination et l'expression de soi, stimule les sens (couleur, odeur), offre un sentiment de liberté sans un cadre défini, extériorisation, convivialité...
JARDIN CHAMPÊTRE	Favorise le bien être, le confort, appelle à la découverte, à la gourmandise, stimule les sens...
CULTURE EN POTS	Favorise l'accessibilité, position assise, en toute saisons, facile à mettre en place dans une institution, structure, restreint l'espace, évite de s'éparpiller, concentration, attention, planification, organisation séquentielle...

De plus, il est aussi important d'être attentif au mode de culture réalisable dans l'institution: toutes les institutions ne bénéficient pas d'un espace vert disponible pour jardiner.

1.3 LES MODES DE CULTURE

Il existe plusieurs modes de culture applicable à presque tous les types de jardin cités ci-dessus :

- culture en pleine terre : impose une bonne condition physique et la mobilité des membres inférieurs ;

- culture en serre : prolonge le temps de culture par rapport aux saisons, exige du jardinier une tolérance à l'humidité et la chaleur ;

- culture en pot : impose de changer la terre régulièrement, faible production, ne convient pas à toutes les plantes.

Par le biais de ces différents modes de culture nous pouvons en déduire quelle pratique serait adaptée à la population rencontrée en ergothérapie. La terre est basse, le jardinage en pleine

terre est donc contraignant pour des personnes en fauteuil roulant, pour celles qui ont des difficultés à se baisser... Pour rendre accessible la terre à ses personnes, il existe des bacs de culture leurs permettant de jardiner debout ou assis.

ADAPTATIONS :

- *Bacs de jardinage* ¹⁹ :



Une visite au jardin didactique de « Nature et Progrès » à Jambes en Belgique²⁰, m'a permis de découvrir leurs bacs surélevés, avec des bords inclinés, permettant à la personne en fauteuil de se placer de face pour cultiver.

- *Blocs de béton végétalisables*²¹ :



Ces blocs permettent le travail de la terre à différentes hauteurs. Ils peuvent être positionnés comme on le souhaite.

De plus, il est indispensable d'introduire dans notre réflexion d'ergothérapeute, la question sur l'existence d'outils de jardin adaptés à des personnes qui n'ont pas la capacité de réaliser la tâche comme de coutume²². L'objet doit offrir une prise de préhension adaptée aux capacités manuelles de son utilisateur. Mes recherches ont donc abouti à la découverte d'outils de jardin adaptés pour des personnes en situation d'handicap. Toutefois, une participation financière de

19 LOGAN.S, « Gamah en visite chez Nature et progrès » in « Gamah asbl: documentation », le 21/09/09, <http://www.gamah.be/documentation/dossiers-thematiques/espaces-verts/gamah-en-visite-chez-Nature-et-progres>.

20 Nature et Progrès, « Jardin didactique », Rue de Dave, 520 à 5100 Jambes Belgique. Tél. 081 30 36 90 - Fax 081 31 03 06, www.natpro.be.

21 Illustration : <http://www.atalus.com/home/index.php?page=42>

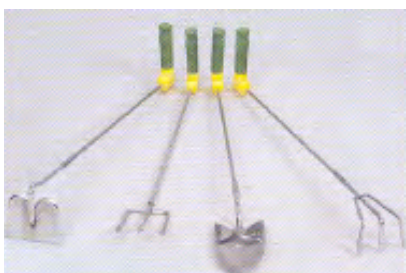
22 Voir partie ergothérapie à ce sujet.

l'état Belge²³ ou de la Sécurité Sociale en France n'est pas en vigueur à ce jour. Voici quelques exemples²⁴.

1.4 LES OUTILS DE JARDIN



Cette illustration présente un outil qui permet d'arroser les plantes en hauteur sans effort. Il faut simplement visser une bouteille d'1.5 litre sur l'embout.



Pèle, fourche ou râteau, nous retenons que le manche de cet outil est incliné. Il permet une position bien droite du poignet, en pro-supination. La position fonctionnelle et l'effort minime sollicité sont les deux plus grands avantages de cet outil de jardin.



Ce sécateur à auto-ouverture, exige moins de force dans les doigts.



Ma visite au « Jardin didactique de Nature et progrès »²⁵ m'a permis de rencontrer une dame en fauteuil roulant qui jardinait sur un bac en hauteur avec un outil de jardin sur mesure. Son outil était interchangeable, à plusieurs tailles de manches (court, long et télescopique). Elle pouvait donc choisir le type d'outil et le manche en fonction de ses besoins (Illustration²⁶).

²³ Source : AWIPH de Liège.

²⁴ HANDICAT handicap et aides techniques, « Outil de jardinage » in Loisir, <http://www.handicat.com/classif4-num-06-03-01.html>

²⁵ Visite en mars 2010

²⁶ OUTIL WOLF, <http://www.outils-wolf.com/outils-a-main-jardinage.html>

C'est à dire, qu'avec le même outil, elle peut donc accéder à toutes les zones de son jardin et sans effort. Pour elle, c'était le meilleur moyen de jardiner comme tout le monde sans que cela n'exige un investissement financier trop élevé. Cet outil est disponible dans les commerces spécialisés pour le jardinage. L'avantage étant de pouvoir les acheter au fur et à mesure, en fonction de leur nécessité.

1.5 ASPECTS SOCIOLOGIQUES DES JARDINS

1.5.1 LE JARDIN: UN OUTIL PRATIQUE OÙ L'ON DÉCOUVRE LA SOCIABILITÉ

Dans la littérature, le jardin est présenté comme un lieu de partage, de communication entre les êtres humains. C'est un espace d'intégration, un lieu de vie où émergent des passions. Toutefois, il n'a pas toujours eu cette fonction, avant le XVIII^{ème} siècle, jardiner était une question de survie pour l'Homme. Sans la culture potagère, faim, malnutrition et mort régissaient.

Au XIX^{ème} siècle, l'industrialisation en Europe du Nord a pris toute son ampleur. Les nouvelles techniques de déplacements (moteur à vapeur, trains, tramways...) éloignent l'Homme de la Nature. La faible rémunération des paysans les pousse à quitter la campagne pour aller vivre en ville. Ils perdent rapidement leurs habitudes et plutôt que de cultiver un potager, ils achètent tout. Ainsi, les habitants s'entassent dans les villes, loin de la Nature. Rares sont les Hommes politiques et industriels qui s'inquiètent du sort de ces citadins.

Pour limiter l'exode rural, Lemire²⁷, précurseur des « jardins ouvriers » proposait d'offrir pour chaque ouvrier une maison et un jardin²⁸. Le « jardin ouvrier » était donc la réponse efficace à la pauvreté des classes ouvrières. La population était alors intégrée socialement et culturellement par leur participation dans le domaine du travail, d'où le terme « ouvrier »²⁹. Au fur et à mesure, le terme de « jardin familial » remplace celui de « jardin ouvrier », pour intégrer l'idée d'une population insérée dans des réseaux de sociabilité.

Depuis quelques années, le jardin devient une utilité publique. Il est employé comme un « outil d'insertion sociale et de prévention de l'exclusion »³⁰. On parle de « jardins sociaux »³¹.

Il existe plusieurs types de jardin:

- « le jardin de maraîchage collectif », proposé à un public en difficulté social. Il permettrait de se « réacclimater en douceur au travail³² » et de se préparer à la reprise. Il privilégie la dimension monétaire : la production est distribuée sous forme de panier hebdomadaire à un réseau d'adhérents moyennant une cotisation annuelle. Le jardinier perçoit un salaire mensuel en fonction du type de contrat proposé³³ ;

27 Lemire (1853-1928), militant du catholicisme social.

28 Pour plus de renseignements à ce sujet consultez l'œuvre de DELWICHE.P « Du potager au jardin de survie » p104-109. Op.cit.

29 c.f. « Germinal » de Zola pour avoir une idée plus précise des conditions de vie des ouvriers à cette époque.

30 Op.cit. DELWICHE.P.

31 CEREZUELLE et l'association LES JARDINS D'AUJOURD'HUI, « Jardinage et développement social, du bon usage du jardinage comme outil d'insertion sociale et de prévention de l'exclusion, méthodologie », [PDF], consulté le 10 avril 2011, lien pour téléchargement : pro.nordnet.fr/jardinons/telechargement-jtse/jardins.pdf.

32 op.cit. p8.

33 Pour plus de renseignements à ce sujet : op.cit. p9.

- « le jardinage de développement social » appuie l'intégration sociale sous des formes non monétaires de travail. L'objectif est l'autoproduction pour permettre d'entrer dans un circuit de don ;

- Le « jardinage communautaire » : les jardiniers sont ici liés à un lieu de vie collectif, comme un centre d'hébergement par exemple.

De nos jours, de nombreux « jardins partagés » se sont développés. Ce concept est né du refus de certains citoyens, de consommer et d'acheter des aliments industriels qui selon eux, ont un impact écologique important. La finalité est de renouer avec la Nature, pour se réappropriier les savoirs ancestraux en vue d'une alimentation plus saine. Cette démarche fait surgir le partage de savoir-faire et savoir-être entre ces jardiniers citoyens en quête de naturel. Les jardiniers sont à la recherche d'un milieu convivial, chaleureux, avec des échanges amicaux. C'est un espace naturel qui permet à l'Homme d'être en relation avec la Nature.

1.5.2 L'HOMME ET LA PLANTE : UNE RELATION PRIVILÉGIÉE

La plante bénéficie de la main verte du jardinier pour se développer. Elle échange, en contrepartie, ses bienfaits afin de satisfaire les désirs et les besoins de son compère. On peut dire, qu'ils entretiennent un échange de services, sans valeur économique: ils font du troc³⁴.

En effet, l'être humain offre un soin et un investissement au végétal de telle sorte qu'il influence sa maturation pour bénéficier de son fruit. Ainsi, en échange, la plante procure au jardinier une certaine satisfaction dans l'activité qu'il mène. C'est ainsi que se déroule au fil des saisons - voire des années - une relation privilégiée et équitable entre l'Homme et la Nature. Ils bénéficient chacun d'un avantage qui leur est propre. C'est la raison pour laquelle, nous pouvons affirmer dès lors que la plante et l'Homme s'influencent réciproquement³⁵.

La plante n'est pas menaçante et offre à celui qui le souhaite, un sentiment de paix (nous développerons plus loin, les valeurs immuables qu'offre la plante à l'Homme d'un point de vue symbolique : c'est le cours de l'existence qui reste le point commun inéluctable entre ces deux êtres)³⁶.

Suite à ce cheminement, avant d'exploiter une quelconque autre idée, nous pouvons d'ores et déjà mettre en évidence deux effets que procure la relation avec le monde végétal pour l'Homme : un sentiment de paix et d'estime de soi. Cette interaction serait bénéfique pour des personnes : qui résident dans des institutions hospitalières où règnent une ambiance de tensions, une diminution de l'estime de soi, une faiblesse émotionnelle...

La plante et le jardin auraient donc pour fonction d'accompagner l'amélioration et soutenir la confiance³⁷.

34 Selon la définition du mot « troc » dans le dictionnaire Larousse.

35 c.f. Dr. Sauvage, « plantes, jardins et thérapie horticole » in « Jardins, environnement et santé, 11^e colloque scientifique de la SNHF » = 'société nationale d'horticulture de France, 15 mai 2011, <http://www.snhf.org/cultivez-vous/la-plante-et-son-milieu/316-plantes-jardins-et-therapie-horticole.html>.

36 Op.cit.

37 Fortement influencée de l'article op.cit.

1.6 L'ASPECT SYMBOLIQUE DU JARDIN

Dans «*Plantes, jardins et thérapie horticole*», Pr. Dominique Sauvage relève un point commun entre les plantes et l'Homme : le cours de l'existence. En effet, la plante tout comme l'Homme née, se développe et meurt. Ce lien, selon lui, privilégie un investissement émotionnel de l'Homme par rapport à la plante. Germination, croissance, maturité, vieillissement et mort sont des phénomènes similaires à l'évolution de la vie d'un être humain.

A l'inverse d'une relation humaine, l'avantage est qu'aucune contrainte ne s'affichera en cas d'inattention. C'est à dire que si l'Homme décide d'abandonner son jardin, aucune incidence directe ne s'appliquera. En effet, s'il choisit de ne pas être attentif au langage des plantes et aux conséquences diverses de son abandon, il ne ressentira aucun contre-coup direct sur sa personne. A l'inverse, si l'être humain n'entretient pas ses relations sociales avec son entourage, il finit par être isolé de sa communauté. Cet écartement social peut entraîner des répercussions importantes sur sa santé mentale.

De plus, l'Homme, dans sa relation avec la plante, ne possède aucune obligation morale envers elle : il n'est pas obligé de lui parler, d'expliquer ses actes. Cette relation, contrairement à la majorité des relations humaines, offre à l'Homme un sentiment de liberté, d'où une certaine sérénité.

Selon Jocelyne Escudero³⁸, tous les actes du jardinage relient l'Homme au réel, à la vie. Ils nous confrontent au cycle de la vie : création-séparation-mort.

Les végétaux nous offrent une part de surprise, d'étonnement, inclus dans tout processus de changement « grâce à l'action des forces que la Nature libère »³⁹. Le jardinier entre dans un processus de création qui l'implique physiquement et mentalement.

En outre, la plante a l'avantage d'offrir à l'Homme de nombreuses métaphores. Une métaphore se définit comme «une façon de parler dans laquelle une chose est exprimée en termes d'une autre, jetant par ce rapprochement un nouvel éclairage sur le caractère de ce qui est décrit. Une métaphore est donc une nouvelle représentation de quelque chose. »⁴⁰. On peut par ces approches dire que la situation d'une plante et d'un être humain est similaire. C'est pourquoi jardiner permettrait à l'Homme de faire un rapprochement entre sa vie et celle des plantes, l'intérêt étant d'avoir un nouvel éclairage sur sa propre situation. L'Homme aura une nouvelle représentation de soi et des phénomènes qui l'entourent. En fait, notre vécu ou plutôt nos expériences, nous permettent de nous faire notre propre représentation de la vie. De ce fait, dans le jardin, l'Homme fait appel à toutes ses expériences de vie afin de donner du sens à cette

38 ESCUDERO.J, « les processus thérapeutiques mis en œuvre » in « Hortithérapie spécificité d'une pratique et intérêt thérapeutique » in « La personne âgée en art-thérapie: de l'expression au lien social », Paris, L'Harmattan, 2004, p213

39 Op.cit.

40 GORDON.D, « *Therapeutic Metaphors* », « conte et métaphores thérapeutiques », traduit par François Olivier InterEditions 2002, disponible en ligne: http://www.ressources.be/livres/contes_et_metaphores_therapeutiques

nouvelle expérience qu'est la relation avec les plantes ou communément appelé « le jardinage »⁴¹.

Comme Pr. Sauvage dans « Toucher la terre, jardiner avec ceux qui souffrent »⁴², Anne Ribes souligne le même point commun. La plante, de même que l'Homme, en raison de son passage de la graine à la germination et de la germination au fruit, est sans cesse dans un état de transition. De là, le contact avec les plantes est un bon exercice en vue d'une prise de conscience de notre condition humaine. Nous sommes en permanence de passage en vue d'un renouveau. Ainsi cette analogie et ce contact avec la plante nous offrent la possibilité de prendre conscience de notre réalité.

D'après Christian Badot⁴³, chaque être vivant sur Terre doit faire face aux mêmes difficultés. Animaux, plantes, Hommes, sont tous soumis à la ronde des saisons et aux caprices du temps⁴⁴. «La Nature communique à ceux qui la fréquentent une émotion qui peut être la source d'une restructuration formidablement efficace»⁴⁵.

Il semble ainsi indispensable d'introduire dans notre réflexion, l'analyse d'Andrew Harisson⁴⁶ au sujet du jardin permettant une rencontre avec les 4 éléments de la Nature ainsi que les qualités qu'ils symbolisent :

- la Terre, symbole de la stabilité, dégage force et solidité à celui qui la travaille ;
- l'Eau représente la sensibilité. Celui qui apporte de l'eau aux plantes, leur donne vie et soin ;
- le Feu, symbole de la volonté, peut être assimilé au soleil qui apporte un dynamisme pour agir et se responsabiliser ;
- l'Air, symbole de la communication, de l'échange et de l'entraide, offre un sentiment de liberté et de légèreté à celui qui le respire.

Finalement, jardiner n'est donc pas seulement un acte physique en vue de satisfaire un besoin physiologique, ce n'est pas seulement travailler en vue de rendre beau l'espace qui nous entoure. Mais le jardinage semble aussi mobiliser l'esprit vers la rencontre de soi. Il s'agit donc ici, d'un investissement intérieur, une sorte de processus inconscient qui vise une représentation de notre existence et des phénomènes réunis en nous. En d'autres termes, cette démarche psychique tend l'Homme vers une meilleure connaissance de soi et des faits vécus tout au long de sa vie. De ce fait, nous pouvons donc en déduire que le jardinage, à travers les symboles qu'il dégage et les sentiments qui en ressort, favorise des moments d'introspections, de silence intérieur, des moments de ressourcement, de méditation...

41 En psychologie, on parle d'une recherche transdérivationnelle, il s'agit d'un processus de recherche basés sur nos expériences et ce que nous en avons retiré afin de donner du sens à une nouvelle expérience.

42 RIBES.A, « *Toucher la terre jardiner avec ceux qui souffrent* », Médecis, 2006, p.52.

43 BADOT.C, « *Jardintégration, un rêve devenu réalité* », Nature et progrès Belgique, impr. 2009., p.23.

44 Dans l'article du Pr. Sauvage, op.cit., cette idée a aussi été énoncée.

45 Op.cit. Anne Ribes, p.57.

46 HARISSON.A, « L'horticothérapie, vers une éducation multidimensionnelle », *Empan 06/2002, n° 46, p. 85-87.*

Tous ces constats et analyses mettent en évidence l'hypothétique concept des effets thérapeutiques de l'activité jardinage sur le mental, « *Une formidable opportunité de prendre confiance en soi, de se sentir utile et même nécessaire, le sommet de la pyramide de la réalisation de Soi* »⁴⁷.

1.7 LES EFFETS THÉRAPEUTIQUES.

Après tout ce cheminement je m'interroge finalement sur l'idée de thérapie, sur l'existence de critères permettant de déterminer qu'une pratique, qu'un phénomène, un objet... puissent avoir des effets thérapeutiques sur une personne.

Lors de ma rencontre avec l'association « Belles Plantes » à Maule, le 11 novembre 2010, la notion de «jardin thérapeutique » a souvent été employée. Chacun présentait son projet avec l'ambition de réaliser un jardin dit « thérapeutique » dans de nombreuses et différentes structures avec différents publics :

- un jeune homme se déplaçant en fauteuil roulant souhaitait réaliser un projet avec une amie dans l'objectif de faire ressentir aux autres ce qu'il a vécu à travers le jardinage⁴⁸ ;

- un animateur pour l'association « Belle Plante » dans une maison de repos et de soin ;

- un paysagiste avec une expérience d'auxiliaire de vie, a participé à la réalisation d'un jardin dans un hôpital de jour à Paris XV ;

- une animatrice - autodidacte en matière de jardinage et venant en aide aux femmes battues dans une association - a mis en place un atelier jardin pour femmes et enfants ;

- un jardinier paysagiste, travaillant dans un hôpital psychiatrique, a créé une association qui accompagne des personnes présentant des troubles autistiques et réalisé un petit jardin pour accueillir les malades ;

- un ingénieur agricole de formation, très intéressée par « l'hortithérapie », qui souhaitait allier jardinage et animation et envisage la mise en place d'ateliers inter-générationnels.

Bref, de nombreux projets avec un éventail de population, de tous âges et toutes pathologies : adolescents en grande difficultés, problème de violence, autisme, personnes âgées, personnes pauvres et isolées (socialement, affectivement)... J'ai donc rencontré de nombreuses personnes ayant des métiers bien différents : jardinier, paysagiste, éducateur spécialisé, animatrice de jeunes enfants, bénévole, étudiant en formation d'entrepreneuriat social et solidaire⁴⁹, infirmière, éducateur en formation d'art thérapie. Nous avons tous en commun le même enthousiasme, une passion pour la Nature et ce qu'elle nous transmet ainsi que le jardinage et les relations humaines.

47 DUMAS.F, blog de l'école Niwaki et Niwashi, école de taille japonnaise, citation de son blog, « Origine et fondements de l'hortithérapie », publié le 14/03/11, <http://www.niwaki-et-niwashi.com/blog/2011/03/14/origine-et-fondements-de-lhortithérapie/>.

48 Compte rendu de la rencontre du 11 novembre 2010 à Maule avec l'association « Belles plantes ».

49 Entrepreneurs qui proposent des solutions adéquates d'un point de vue économique et social aux problèmes pressant de la société.

J'ai eu l'occasion de me confronter avec un regard d'ergothérapeute par rapport à ces divers projets. Je me suis demandée, quelle sorte de pierre pourrais-je bien déposer sur chacun de ces édifices.

En somme, il me semble intéressant d'éclaircir la notion de « thérapeutique » avant d'entreprendre une quelconque démarche sur ce sujet.

1.7.1 DÉFINITIONS DU TERME THÉRAPEUTIQUE

A l'origine, le terme thérapeutique vient du grec « therapon » qui désigne le « serviteur des vieux »⁵⁰. Ce terme était employé pour désigner l'écuyer d'un chef de guerre, un ascète dans la banlieue d'Alexandrie, devenu soigneur plus tardivement.

La notion de thérapeutique est intégrée dans le vocabulaire médical au XIX^{ème} siècle par Claude Bernard. L'usage de ce terme est exclusivement employé par le corps médical. Toutefois, le champ sémantique s'est un peu élargi, c'est la raison pour laquelle, des termes tels que phytothérapie, psychothérapie, chimiothérapie ont vu le jour - la première partie du mot désignant l'objet à soigner, ou l'agent utilisé pour soigner⁵¹.

Dans le dictionnaire Larousse, « thérapeutique » se définit ainsi : « *partie de la médecine qui s'occupe des moyens médicamenteux, chirurgicaux ou autres, propres à **guérir** ou à **soulager** les maladies* ».

Par ailleurs, dans un article écrit par Gineste-Marescotti, fondateur de « La Méthodologie de Soins »⁵², je constate avec force la nécessité de vous faire part de leur définition du soignant⁵³. Dès lors, le concept de « thérapeutique » m'a paru plus clair.

En effet, se demander ce qu'est un « soignant », afin de trouver sa propre définition, présente une nécessité et un questionnement indispensable pour comprendre le sens de notre investissement professionnel. Le premier cheminement, est de pouvoir **se positionner par rapport au cadre général de la profession**. En effet, Yves Gineste et Rosette Marescotti nous rappellent qu'être soignant est un métier. Son rôle est avant tout de se situer par rapport à la société, afin de respecter les règles, les décrets et les lois du pays dans lequel il agit : être soignant en Belgique est bien différent que d'être soignant en Inde et encore aux États-Unis, par exemple. Il est important donc de bien connaître notre rôle de soignant par rapport à la société dans laquelle et pour laquelle nous exerçons.

Mes expériences de stage, tout au long de cette dernière année, m'ont permis de prendre conscience qu'être soignant ce n'est pas que suivre un protocole bien défini mais c'est aussi s'adapter à la population soignée. En effet, mon approche est bien différente lorsque j'accompagne une personne âgée en fin de vie ou un enfant dans sa scolarité.

50 RIBES.A, « toucher la terre, jardiner avec ceux qui souffrent », Paris, Médecis, 2004,46p.

51 Op cit. Fortement inspiré de RIBES.A, 46p.

52 IGM France (instituts Gineste Marescotti), "La philosophie de soins de l'Humanité", consulté le 4 avril 2011, [en ligne], http://www.igm-formation.net/index.php?option=com_content&task=view&id=20&Itemid=75, s.d

53 GINESTE MARESCOTTI, « *Philosophie des soins : qu'est ce qu'être soignant? La philosophie de l'humanité* », article disponible sur « Communication étude corporelle : CEC », <http://cec-formation.net.pagesperso-orange.fr/index.htm>. 6p.

Le deuxième cheminement consiste à apprécier que **le soignant s'engage à s'occuper de personnes caractérisées par leur individualité**, reliées entre elles par un état physique, émotionnel, philosophique et spirituel⁵⁴. Dans cet article, l'Homme est pensé dans sa globalité afin de sensibiliser le soignant au sens de son engagement professionnel par rapport à autrui. Cette prémisse nous pousse à introduire la notion de « soin », en anglais « to care » (avoir soin de, s'occuper de, prendre soin de). Marie Françoise Collière, personnalité de référence en terme de soin, écrit dans son livre « **Soigner le premier art de la vie** »⁵⁵ :

- « Soigner, se situe au carrefour de la vie.*
 - *c'est communiquer de la vie ;*
 - *c'est permettre d'exister ;*
 - *c'est développer ce qui permet de vivre... ;*
 - *c'est compenser ce qui fait obstacle à la vie... ;*
 - *c'est accompagner les grands passages de la vie... les moments difficiles...la maladie... ;*
 - *c'est mobiliser les capacités de vie existantes et/ou restantes... ;*
 - *c'est aider à naître...et renaître ;*
 - *c'est accompagner la mort ;*
 - *c'est créer au quotidien ».*

De là, je rejoins cette notion de thérapeutique avec le jardinage : il s'agit donc de pratiquer le soin par le jardinage. Une ambiguïté tout à fait amusante et pourtant pleine de sens se manifeste. Le principe repose sur l'idée que le soigné se transforme en soignant du jardin. En somme, c'est en apportant à la plante une attention privilégiée pour s'occuper de, prendre soin de, leur santé que l'on recevra les bienfaits espérés⁵⁶.

Je pense vraiment que si on veut parler de « jardin thérapie », on doit être thérapeute et spécialisé dans la connaissance des effets positifs du jardinage pour pouvoir utiliser ce nom, sinon, tout le monde s'improvise « jardinothérapeute ». Nous, ergothérapeutes, sommes thérapeutes et spécialistes de l'activité dont un des rôles essentiels est de mettre ou remettre la personne en activité. C'est la raison pour laquelle l'ergothérapie a toute sa place dans tous les domaines de soin utilisant le jardinage comme média.

1.7.2 L'HORTITHÉRAPIE

Mes recherches m'ont dirigée vers une pratique thérapeutique d'outre-Atlantique (Canada, USA) spécialiste de l'horticulture : « **l'hortithérapie** ». Je découvre ce concept dans un article qui résume une œuvre de Suzanne Ménezo⁵⁷.

54 Fortement inspiré de op.cit.

55 LA CITE DE LA SANTE, "définition du mot soignant", consulté le 24 avril 2011, [en ligne], <http://www.universcience.fr/cs/Satellite?c=QuestionReponse&cid=1195227373939&p=1195218448210&pagename=Portail%2FME%2FPortailLayout&pid=1195218048360&t=Detail>, s.d

56 op.cit fortement inspirée de RIBES.A « Toucher la terre, jardiner avec ceux qui souffrent », p47.

57 VOIR ENSEMBLE, « Cultiver son jardin » par Suzanne Ménezo », consulté le 3/03/10, http://www.voirensemble.asso.fr/article.php3?id_article=429, s.d ;

Suite à de nombreuses recherches, je comprends qu'il n'est plus possible de se procurer ce livre (« la thérapie par l'horticulture en France et à l'étranger ») en raison de son décès.

1.7.2.1 DÉFINITIONS

« Formavert »⁵⁸ définit l'hortithérapie comme « *l'intégration des activités horticoles (jardinage, horticulture) dans un processus de soin comme activité ergo-socio-thérapeutique* ». A ce sujet, l'association des jardiniers de France⁵⁹ définit l'hortithérapie comme une pratique qui « *utilise le jardinage comme support favorable et stimulant de valeur pour tous ceux qui ont besoin d'être encouragés à atteindre un objectif physique ou mental, et aussi comme méthode de réinsertion dans la communauté sociale* ». D'après le CUPPA⁶⁰, « *l'hortithérapie est la réhabilitation pratique et globale de la personne par l'utilisation des plantes et la relation avec les différents éléments de la Nature dans un cadre aménagé, inclus dans un programme spécifique s'adressant à tous types de public : aux handicapés moteurs, sensoriels, mentaux, autres troubles du comportement et personnes âgées* ».

Ces définitions introduisent avec force la démonstration des bienfaits physiques, intellectuels, psychologiques et sociaux de la culture des plantes. L'hortithérapie est une pratique qui se manifeste de plus en plus. A titre d'exemple, une formation d'hortithérapie par « Formavert », à Marseille, en France, commence au mois de juin 2011.

1.7.2.2 HISTORIQUE

L' Hortithérapie (traduit de l'anglais " Horticultural Therapy " : thérapie par l'horticulture) tient son origine de l'antiquité. Les médecins égyptiens encourageaient leurs malades à se promener dans le jardin pour trouver une réponse à leurs problèmes⁶¹. Dans « *Hortithérapie : spécificité d'une pratique et intérêt thérapeutique*⁶² », Jocelyne Escudéro affirme d'emblée qu'avant l'arrivée de la psychiatrie en France, le jardinage était prescrit dans le cas de troubles psychiques et/ou autres maladies du système nerveux (je retrouve aussi ce point chez Suzanne Ménézo).

Le terme « thérapie horticole » était employé par les docteurs Karl et Will Menninger dès les années 1900 dans leur clinique. Dans les années 70, j'apprends qu'une expérience a été réalisée sur 300 personnes. On leur proposait de visualiser un milieu « qui aurait des effets curatifs sur quiconque se sentant démuni, blessé ou ressent des douleurs ». La représentation de chaque participant était composée d'un milieu où la Nature était présente⁶³.

De nos jours, toutes les activités ayant attiré à l'environnement, dont le jardinage se développe de plus en plus. De nombreux projets ont vu le jour dans de nombreux centres hospitaliers, maison de repos, clinique psychiatrique... Certaines expériences seront exposées dans la partie

58 « Formavert », est un réseau spécialisé qui propose entre autre une formation d'Hortithérapie – <http://www.formavert.com/nous.html>

59 Association les jardiniers de France, consulté le 10/03/11, [en ligne] ; http://www.jardiniersdefrance.com/fr/qui_sommes_nous/action2.asp

60 CUPPA, « Centre universitaire de perfectionnement en psychologie appliquée », consulté le 15/03/11, [PDF] ; http://sfc.univ-tlse2.fr/servlet/com.univ.collaboratif.util.LectureFichier?CODE_FICHER=1296487474659&ID_FICHE=21682, s.d.

61 op.cit. Fortement inspirée de « Cultiver son jardin par Suzanne Ménézo »,.

62 ESCUDERO.J, « Hortithérapie spécificité d'une pratique et intérêt thérapeutique » in « *La personne âgée en art-thérapie: de l'expression au lien social* », Paris, L'Harmattan, 2004.

63 Centre de réflexion indépendant canadien sur l'agroalimentaire : GEORGES MORRIS CENTRE, « *revue de la littérature sur les bienfaits de l'horticulture ornementale sur la santé et l'environnement* », [PDF] ; www.education-Nature.qc.ca/.../bienfaits_horticulture_fihoq_07.pdf, 37p.

pratique de mon travail. Mais il est important tout d'abord de s'intéresser à l'ergothérapie et son rôle dans l'activité jardinage auprès de personnes

2 CHAPITRE 2 : PARTIE ERGOTHÉRAPIE

2.1 DÉFINITION DE L'ERGOTHÉRAPIE

Selon la fédération Nationale Belge des ergothérapeutes, « L'ergothérapeute est le paramédical qui accompagne les personnes présentant un dysfonctionnement physique, psychique et/ou social en vue de leur permettre d'acquérir, de recouvrer ou de conserver un fonctionnement optimal dans leur vie personnelle, leurs occupations professionnelles ou la sphère de leurs loisirs, par l'utilisation d'activités concrètes, s'y rapportant et tenant compte de leurs potentialités et des contraintes de leur environnement⁶⁴». Dans cette définition, le terme « accompagner » m'interpelle, qu'entend t-on précisément par le mot « accompagner » ?

A mes yeux, le sens de ce terme ne s'arrête pas seulement à la définition que donne le dictionnaire, « être avec quelqu'un » (Larousse). Mes expériences pendant ma formation, me permettent de confirmer que l'accompagnement dans le domaine de la santé, implique une approche au-delà du simple fait « d'être avec ». Il s'agit aussi d'**aller avec**, d'être là, présent. Il est évident que celui qui accompagne propose et suggère. Toutefois, il est important qu'il sache qu'il ne peut pas agir ou décider à la place de l'autre. L'idée de sommation et d'emprise sur l'autre doit être proscrite. Accompagner c'est suivre le chemin d'un autre avec une part de soi, une part de vécu et d'expériences misent au service de l'autre⁶⁵, afin de suggérer, conseiller et partager. Finalement, c'est offrir d'autres possibilités de chemins à la personne. Dans cette démarche l'accompagnateur aimerait que la personne aidée comprenne qu'il est possible de surmonter un handicap ou une grande difficulté grâce à l'aide qu'il y a à ses côtés.

Je souhaite approfondir l'utilisation d'une activité concrète - le jardinage - comme un moyen pour l'accompagnement thérapeutique. L'ergothérapeute y invite l'individu à vivre une expérience dans un cadre sécurisant d'une part grâce à ses **connaissances paramédicales** et d'autre part grâce à ses **capacités d'analyse de l'activité**. S'ajoute une démarche constante d'évaluation et de réévaluation de la qualité de ses services et du processus thérapeutique mis en œuvre. De surcroît, cette vision holistique qui invite chacun à **prendre sa place dans le jardin et dans l'activité** nous confronte au paroxysme de cette profession : **l'adaptation**. Il est indispensable pour accomplir cette tâche, de bénéficier d'un sens de la créativité, d'une capacité d'analyse des potentialités de la personne et une bonne connaissance des prérequis qu'exige l'activité. Finalement toutes ces qualités font de lui **un professionnel de l'activité humaine**, de l'occupation humaine qu'est ici le jardinage, sujet de notre recherche.

En d'autres termes, l'ergothérapeute est **le professionnel paramédical** formé pour corréliser les **contraintes environnementales, les aptitudes qu'exige l'activité « jardin »** avec les **potentialités de la personne** confrontées à un **dysfonctionnement**. Ainsi, il vise un processus de changement vers l'acquisition, le recouvrement ou la conservation d'un fonctionnement

64 Définition de la Fédération Nationale Belge des ergothérapeutes

65 Fortement inspirée de CIFALI.M, ANDRE.A, "Écrire l'expérience - Vers la reconnaissance des pratiques professionnelles", Paris, PUF, 2007, p44-45.

optimal dans la vie personnelle, les occupations professionnelles et dans la sphère des loisirs de la personne.

Le jardinage est l'une des activités qui a le plus de sens pour un large public. Il s'intègre spécifiquement dans deux domaines de l'occupation humaine : le travail et les loisirs. Par exemple, l'horticulteur est le professionnel spécialiste du jardin. Pour certains, jardiner est un loisir, une passion, Il existe d'ailleurs de nombreux magazines et livres spécialisés sur ce sujet.

A présent que l'apport théorique et la définition de l'ergothérapie ont été posés, il me semble nécessaire de poursuivre mes recherches vers une réflexion plus approfondie sur le choix de ce média.

2.2 « LE JARDIN QUI SOIGNE »⁶⁶, CHOIX DU MÉDIA

Concrètement, il est d'abord indispensable de commencer par définir le terme « média ». Son origine provient du latin, « *medium* » qui signifie "moyen " ou "au milieu". Cette notion place donc **le jardinage au milieu du soignant et du soigné**. Ainsi, nous pouvons dire qu'il est au centre de la relation thérapeutique. Selon le dictionnaire Larousse, un média est « *un procédé permettant la distribution et la diffusion* » de toutes sortes d'informations. Ainsi, nous pourrions considérer le jardin, comme **un moyen pour le thérapeute de diffuser de manière inconsciente des informations à la personne**. Le but serait de favoriser le processus de changement ou processus thérapeutique⁶⁷ par l'intermédiaire des informations reçues. En effet, si je me reporte au concept de Winnicott, le jardin serait un espace transitionnel ou potentiel. Ainsi, il permettrait à la l'individu de « *subjectiver son expérience en s'appropriant ce qu'on lui propose* »⁶⁸ . En d'autres termes, le jardin se trouverait au milieu de deux espaces qui constituent la personne, l'espace intérieur et l'espace extérieur. C'est un moyen indirect de se **créer un lien avec soi-même** favorisant l'introspection en vue de s'extérioriser pour **mieux vivre en société**.

Je m'explique. La personne s'envoie à elle-même des informations basées sur les expériences qu'elle mène dans l'activité, les intègre pour mieux les extérioriser le cas échéant. L'intérêt réside dans ces informations reçues de soi à soi qui ont l'avantage de le conduire vers une meilleure découverte de soi⁶⁹. Le rôle de l'ergothérapeute étant celui qui offre un cadre favorisant pour ce processus dit thérapeutique⁷⁰.

De ce fait, nous pourrions dire que le jardinage tend à **l'accomplissement de soi** parce qu'il semble pouvoir combler tous les besoins décrits par Maslow :

- physiologiques : car le jardin potager favorise une alimentation saine et diminue les risques de maladie liés à la nutrition (diabète, maladies cardiovasculaires, obésité). S'ajoute, en 1986, les résultats d'une recherche de Simon et Ulrich, qui démontrent qu'un contact visuel avec

66 op.cit. RIBES.A, p.39.

67 Fortement inspiré de op.cit MOREL BRACQ. p169.

68 MUTIS.M, « Espace intérieur et espace extérieur », dans « Ergothérapie en psychiatrie de la souffrance psychique à la réadaptation » Ed.Solal, 2005, p 86.

69 Op. cit.

70 Fortement inspirée d'op.cit p 86.

une plante provoque des changements physiologiques (rééquilibrage du rythme cardiaque, baisse de la pression artérielle et de la tension musculaire) dûs à une diminution significative du niveau de stress (après une exposition de 4 à 6 minutes avec la plante)⁷¹ ;

- de sécurité : car le jardin diminue le stress de par son cadre sécurisant. Notons que l'ergothérapeute, garant du cadre thérapeutique, le renforce non seulement par sa présence mais également par la structure de l'activité qu'il propose. En effet, l'ergothérapeute décompose l'activité et recrée une organisation adaptée aux aptitudes de la personne ;

- le besoin d'appartenance : les échanges sociaux créés avec les autres jardiniers, le plaisir et la reconnaissance de ceux qui apprécient la récolte, sont autant d'arguments en faveur d'une reconnaissance sociale dans l'activité menée.

En effet, le jardinage conduit l'Homme vers ce cheminement idéal de l'accomplissement de soi. Il procure l'épanouissement personnel et nous dirige vers le chemin de la sagesse. Dans l'œuvre d'Anne Ribes je suis interpellée par une notion, celle des « paramitas » qui en sanskrit (langue indo-européenne) sont les 6 vertus qui permettent aux « mahayana » de développer une vie spirituelle axée sur les autres. Elle met en relation le jardin et l'activité qu'on y mène avec cette philosophie de vie, le jardin permettrait donc à l'Homme de pratiquer :

- le don (générosité) : pratiqué en prenant soin de son jardin et en le partageant avec la faune ;

- l'éthique : vécue par le respect et l'attention portés sur toutes les vies rencontrées quand on manie la terre ;

- la patience, essentielle dans la pratique : l'effet n'est jamais immédiat, il faut attendre la maturation de la plante pour récolter ses fruits ;

- le courage ou l'effort enthousiaste : il ne faut pas se décourager face aux intempéries, aux récoltes non fructueuses... ;

- la concentration : « attitude efficace et tranquille qui inspire nos gestes, nos souffles lorsque nous jardinons »⁷² ;

- la sagesse, comme aboutissement des cinq premières vertus, nous emporte loin d'une attitude égocentrique.

Donc, le sens que l'on donne à cet acte doit avant tout être intégré par le thérapeute pour le proposer à l'individu soigné. **Nous ne serons jamais aussi efficaces que si nous portons un intérêt à ce que nous proposons et que nous y croyons fortement.** L'attachement qu'on donne à l'activité est source de motivation. Quand on aime ce que l'on fait, on ne compte pas les efforts nécessaires pour l'accomplir. Une des motivations du sujet, pourrait aussi être la satisfaction de soigner quelqu'un d'autre que lui. Assurément, son rôle dans le jardin est similaire à celui d'un thérapeute : il est le tuteur de la plante. Dans ce cas, l'ergothérapeute utilise une

71 SNHF, Société Nationale d'horticulture de France, « Jardiner, c'est bon pour le moral », 17/04/09, <http://mag.plantes-et-jardins.com/actus-dossiers/dossiers/jardiner-c-est-bon-pour-le-moral-snhf>.

72 op.cit Anne RIBES, p 44.

méthode qui consiste à prendre soin d'une personne en lui offrant les possibilités de soigner une plante : **autonomie et estime de soi sont donc favorisées**. Cela revient à dire que l'ergothérapeute est le tuteur du soigné qui est lui-même le tuteur d'une plante.

En vue des nombreux bénéfices qu'apporte le média « jardinage » dans notre démarche thérapeutique, nous devons encore mettre en évidence notre rôle d'ergothérapeute dans ce média.

2.3 RÔLE DE L'ERGOTHÉRAPEUTE DANS CE MÉDIA

Pour commencer, nous pouvons avant tout énoncer deux rôles identifiés à travers nos recherches précédentes :

- accompagner les personnes dans la réalisation de cette activité ;
- proposer les aides techniques et/ou de stimulations verbales adéquates.

Le rôle d'enseignant peut maintenant être évoqué. En effet, Il me semble nécessaire d'introduire avec conviction le choix de ce média comme la source d'un apprentissage. Nous pouvons admettre qu'il favorise l'acquisition ou la modification:

- de connaissance : les saisons, le cycle de l'eau, le compost...
- d'habileté : semer, utilisation des outils de jardin, organiser son jardin, association de plantes...

Mon inspiration provient d'Ann Mosey, ergothérapeute américaine qui propose à l'ergothérapeute ce rôle d'enseignant⁷³. Sa finalité est de permettre l'adaptation de l'individu face à sa nouvelle situation. Il est donc indispensable, tout comme l'ergothérapeute, que la personne s'implique dans la démarche thérapeutique, son rôle est essentiel pour le processus « expérientiel⁷⁴ ». Il consiste à laisser la personne analyser ses difficultés par l'expérience et ainsi pouvoir puiser dans ses propres ressources et constats pour les résoudre⁷⁵. Le rôle préalable de l'ergothérapeute est donc d'**utiliser ses connaissances au service de l'analyse de l'activité**. Il décompose l'activité et considère chacune de ses composantes : physiques, cognitives, affectives et sociales. Il s'appuie sur ses connaissances anatomiques, neurologiques, psychologiques et physiologiques et examine quelle tâche dans l'activité stimule les fonctions atteintes de la personne. En effet, l'avantage du jardinage réside dans la multiplicité des tâches qu'il implique: semer, bêcher, ratisser... Ajoutons donc, un autre rôle pour l'ergothérapeute, celui d'**analyser**. Ce rôle est utilisé pour accroître les possibilités de la personne d'acquérir une « expérience réflexive » en vue d'une meilleure connaissance de soi ainsi que le développement d'habiletés⁷⁶. En d'autres termes, le soigné est acteur de sa thérapie, il réalise ses propres expériences, identifie les difficultés qui découlent de sa déficience et trouve une alternative. Ainsi,

73 GUITARD.P, « L'apprentissage expérientiel et l'ergothérapie: compatibilité théorique et pratique », revue canadienne d'ergothérapie, volume 63, n°4, disponible version PDF, lien : www.caot.ca, p1.

74 Terme utilisé par Ann Mosey

75 L'idée ressemble beaucoup à celle exposée dans le chapitre précédent.

76 Dans le sens de faire les choses avec adresse bons sens et intelligence.
Fortement inspirée de Mosey. Op.cit.

le rôle de l'ergothérapeute est aussi d'offrir les possibilités à la personne de se réapproprier un investissement dans ses occupations et ses rôles antérieurs. Pour conclure avec cette approche de Mosey, nous pouvons en déduire que ce média permet à l'ergothérapeute d'enseigner, d'un point de vue général, la résolution de problème, les phénomènes de la Nature et les techniques de culture.

A présent, Il me semble encore nécessaire de s'interroger sur le sens de l'action ergothérapeutique pour l'appliquer à l'horticulture. Il est pertinent de s'intéresser au cadre d'apprentissage qu'offre l'ergothérapeute dans cette activité. Nous en avons déjà parlé, Il offre à la personne la possibilité d'agir dans un cadre sécurisant. L'ergothérapeute garant de ce cadre thérapeutique peut donc l'inviter progressivement à vivre de nouvelles expériences en toute sécurité.

Je m'explique. De par la multiplicité des tâches, je peux proposer différents contextes d'apprentissage et stimuler différentes fonctions, voici quelques exemples :

- il est possible d'influencer l'utilisation de différents groupes musculaires : utilisation d'une brouette, semer, bêcher, couper des branches... Les gestes sont différents et sollicitent d'autres muscles. C'est intéressant pour, par exemple, le renforcement musculaire, la motricité fine ou la prévention au mal de dos ;

- il est possible de stimuler le sens de l'odorat et du toucher en invitant la personne à s'occuper des plantes aromatiques, tâche avantageuse pour des personnes âgées dans le but de stimuler la mémoire sensorielle et favoriser l'émergence de souvenirs ;

- il est aussi possible de stimuler la collaboration en proposant une tâche qui impose un travail à deux, intéressant pour des personnes ayant des troubles affectifs et comportementaux, des troubles intellectuels...

Effectivement, notre formation nous permet d'analyser le « potentiel thérapeutique de l'activité »⁷⁷. Nous jouons avec les multiples possibilités du jardinage pour réajuster notre programme d'intervention en fonction de l'évolution et de la demande. De ce fait, l'ergothérapeute fournit les conditions et pré-conditions optimales pour amener la personne à se confronter directement ou indirectement à ses difficultés. Une expérience de souffrance ne s'élimine jamais complètement. Il reste toujours une trace dans notre mémoire, avec tous les avantages relevés du jardinage, nous ne pouvons qu'aspirer à la diminuer.

Enfin, toute forme de souffrance peut entraîner un désordre d'un point de vue émotionnel. Accepter sa situation peut prendre du temps, en psychologie, on parle d'un processus de deuil à réaliser. Une des conséquences serait d'être mis ou se mettre soi-même à l'écart de la dynamique sociale. En effet, outre cette difficulté, l'évolution de notre société en terme d'"inclusion de l'handicap n'est pas toujours à son apogée. Le rôle de l'ergothérapeute sera de « tisser »⁷⁸ à

77 OEQ, Ordre des Ergothérapeutes du Québec, « L'activité : outil privilégié de l'ergothérapeute », [PDF], www.oeq.org.

78 Fortement inspirée de PIBAROT.I., « Activité thérapeutique et ergothérapie » in « Ergothérapie en psychiatrie; de la souffrance psychique à la réadaptation; de la collection ergothérapies, Marseille (F), Solal, 2005, p236.

nouveau du lien avec son environnement social : le jardin étant le moyen unificateur pour favoriser l'interaction sociale. Ainsi, la finalité serait de lui offrir la possibilité de trouver des mots qui soulagent ces maux, le jardin, étant sa source d'inspiration.

Le jardinage est une activité qui se pratique depuis des siècles. L'intérêt du public ne cesse de croître depuis une trentaine d'année. La littérature offre un choix de plus en plus abondant sur ce sujet porteur. Beaucoup d'ouvrages magnifiquement illustrés et bien documentés aident les apprentis jardiniers dans leurs activités quotidiennes. Un regard sur le jardin comme un lieu qui soigne est nouveau : des formations spécialisées en hortithérapie commencent à voir le jour⁷⁹.

Un tel enthousiasme indique sans doute pour beaucoup, un besoin réel de contact avec la Nature⁸⁰. Étant moi-même apprentie jardinière, je suis absolument convaincue des effets bénéfiques du jardinage et de son environnement. Je pense qu'un partage si enrichissant avec la Nature doit absolument être mis au service des personnes qui souffrent. Notre rôle d'ergothérapeute a déjà été défini : accompagner pour aider à ouvrir une porte parfois difficile d'accès vers le jardin et l'activité qu'on y mène.

L'étape suivante consiste à élaborer un projet de recherche afin de choisir l'approche et les méthodes les plus appropriées pour répondre à la question de recherche.

79 « Réseau des Jardins Solidaires Méditerranéen », <http://www.reseaujsm.org/>.

80 Fortement inspirée de l'introduction par Philippe Delwiche dans « Du potager de survie au jardin solidaire », Nature et progrès, 2006, p11.

3 CHAPITRE 3 : PARTIE MÉTHODOLOGIE

Comme je suis passionnée par ce que j'entreprends, j'ai toujours exprimé à mon entourage cet intérêt avec spontanéité et conviction. C'est la raison pour laquelle je pense, que diverses personnes dont certains professeurs m'ont souvent interpellé pour m'offrir des pistes de recherche, dont Madame Dayez, enseignante en ergothérapie à mon école qui est devenue par la suite mon promoteur.

De bouche à oreille, j'ai appris qu'à la clinique psychiatrique privée « Sans Souci », les patients allaient à la ferme pédagogique de la Hulotte, à Wavre, avec des soignants. J'ai donc fait un stage d'un mois à la clinique dans l'objectif de réaliser une première expérience de terrain. Deux fois par semaine, deux ergothérapeutes vont aider à la ferme, toute la journée, avec un groupe de 5/6 patients. Malheureusement, dans un souci d'organisation avec la clinique, je n'y suis allée qu'une seule fois. A ce moment, j'observais déjà les bienfaits qu'apporte la Nature. L'après-midi, les patients pouvaient se reposer, partir en promenade ou faire du cheval. Je suis allée me promener avec certains, après un quart d'heure de promenade une ambiance particulière s'est installée. Cette ambiance a permis à certains de pouvoir s'exprimer librement sur leur situation. Je pense que ce cadre naturel a engendré, en partie, cette ambiance et cet état d'esprit.

De plus, à cette époque un patient avait demandé spontanément s'il pouvait obtenir une petite parcelle dans le jardin de la ferme pour cultiver quelques légumes. J'ai pu observer sa motivation et les efforts qu'il mobilisait pour mener à bien son projet.

Le lien avec l'idée qu'une activité significative mobilise des compétences parfois inconnues de nous-même se justifie grâce à cette expérience pratique. Il avait investi cet endroit et j'imagine qu'il se sentait bien là-bas, libre de ses actes.

3.1 ÉTAPE DU PROCESSUS DE RECHERCHE

La rigueur est un aspect indispensable pour mener à bien une recherche. Il faut suivre une méthode pour aboutir à un résultat. Voici ci-dessous les étapes poursuivies pour mon travail de fin d'étude :

- Observation d'une situation existante : une expérience pratique à la ferme de la Hulotte dans le secteur de la psychiatrie. Une expérience personnelle.

- Identification d'un problème et d'une question de recherche : une envie forte d'en savoir plus sur l'idée d'une ferme à visée thérapeutique. Etapes :

(i) Rencontre avec un professeur pour lui parler de mon projet (03/2010, première rencontre avec Madame Dayez). Suite à notre échange, nous nous sommes spontanément dirigées vers un sujet uniquement ciblé sur le jardinage en général.

(ii) Question de recherche : Mes expériences ont permis l'émergence du questionnement : comment le jardinage peut être utilisé dans le cadre thérapeutique ? Peut-on utiliser le jardinage comme média thérapeutique dans tous les grands secteurs de soin ? Quelle est la place de

l'ergothérapeute ? Existe-t-il des effets thérapeutiques spécifiques ? Il m'est apparu important d'énoncer mon projet de recherche sous la forme d'une question unique: **Quelles sont les effets thérapeutiques de l'activité jardinage dans les divers domaines de soin, quelle est la place de l'ergothérapeute dans ce domaine ?**

(iii) Formulation de l'hypothèse : l'activité jardinage présente plusieurs bénéfices sur le plan thérapeutique, l'ergothérapeute peut donc l'utiliser dans plusieurs secteurs de soins. Par rapport à nos expériences personnelles, nous avons relevé les éventuels effets sur les fonctions de l'individu. *Sur le plan moteur*, la culture exige l'utilisation de ses mains, la dextérité est indispensable, elle invite à user de nos capacités de préhensions, de plus il favorise l'activité physique. *Sur la plan psychique*, l'activité jardin diminue le stress, permet une meilleure estime de soi, elle est gratifiante, satisfaisante et entraîne une sensation d'auto efficacité. *Sur le plan cognitif*, le jardinage engage notre créativité, concrètement, la personne va pouvoir inventer, construire un espace qui lui est propre, choisir ses variétés de plantations. *Sur le plan social*, le contact avec l'air extérieure favorise la communication. chacun peut partager ses propres expériences, conseiller, partager, faire goûter. De plus, on peut l'envisager dans un but professionnel. *Sur le plan sensoriel*, un jardin est composé de multiples odeurs, de multiples matières, c'est un lieu de découverte qui stimule nos sens.

Pour toutes ces raisons, je pense que l'ergothérapeute joue un rôle important dans le fonctionnement de ce type d'activité. C'est pourquoi, je souhaite relever différentes expériences à ce sujet dans des domaines différents.

3.2 MÉTHODE POUR L'EXPLORATION

Afin de trouver la meilleure manière d'aborder ce thème assez vaste, j'envisage d'effectuer une phase de recherche en trois parties. Je vais ainsi mener en parallèle, d'une part des recherches sur Internet, d'autre part un travail de lecture, et enfin je souhaite relever et vivre des expériences de terrain. Dans un souci de structuration, je pense commencer par faire une esquisse de plan, pour mieux diriger ma recherche.

3.2.1 RECHERCHES SUR INTERNET

L'utilisation du réseau Internet me permettra de recueillir des informations émanant directement de professionnels, de trouver des contacts, en Belgique, France et à l'étranger.

3.2.2 TRAVAIL DE LECTURE

Je prévois d'aller dans des librairies spécialisées, de consulter la bibliothèque de mon école. Je compte aussi sur mon promoteur et les personnes rencontrées pour me conseiller des articles ou livres sur le sujet.

3.2.3 RELEVÉ D'EXPÉRIENCES

Pour répondre à ma question, je pense que la meilleure solution est de relever des expériences de terrain. J'envisage de les analyser avec un regard ergothérapeutique. Car finalement, c'est l'ergothérapeute qui est le professionnel de l'activité. Il est donc logique, pour rendre possible cette analyse, de réaliser un relevé d'expériences.

Pour solliciter le plus de personnes possibles, je souhaite **réaliser un questionnaire**. J'envisage de contacter des professionnels pour leur demander de le remplir. Je pense que cette démarche va me permettre d'obtenir rapidement un maximum d'expériences.

J'aimerais, réaliser mes stages de dernière année dans des institutions qui pratiquent cette activité. Ainsi, je pourrais vivre plusieurs expériences de terrain. Je projette de réaliser des visites d'institutions et rencontrer des spécialistes. J'envisage de contacter au moins une personne pour chaque domaine, c'est-à-dire, pédiatrie, revalidation, gériatrie et le divers (handicap mental, malvoyance, milieu carcéral...). Par le biais du questionnaire, de mes visites et de mes expériences de stage, j'envisage ainsi de trouver une réponse à ma question de départ.

3.2.4 ÉLABORATION D'UN QUESTIONNAIRE

3.2.4.1 CONTENU DU QUESTIONNAIRE

Pour construire mon questionnaire, j'ai tout d'abord essayé de répondre à quelques questions :

- Qu'est-ce que je cherche ?
- Chacune des questions est-elle nécessaire ?
- Une seule question suffira-t-elle pour obtenir cette information?
- La personne interrogée sera-t-elle en mesure de répondre et voudra-t-elle fournir l'information exacte ?

3.2.4.2 STRUCTURE ET RÉDACTION DU QUESTIONNAIRE

Pour bien structurer mon questionnaire, je devais avant tout cerner le sujet d'investigation. L'objectif était bien de pouvoir comprendre comment se déroule l'activité.

J'ai choisi de séparer mon questionnaire en trois parties distinctes pour cibler de façon précise mes attentes :

- 1) Présentation de la personne interrogée
- 2) Analyse structurelle de l'activité
- 3) Analyse clinique

L'objectif étant de relever la spécificité de l'activité jardinage par rapport à son secteur d'application. Les réponses devaient me permettre de comprendre le déroulement de l'activité et les effets recherchés spécifiques au public concerné.

3.2.4.3 TESTER LE QUESTIONNAIRE

Pour vérifier si la formule des questions était claire pour les répondants, concise et univoque, j'ai testé mon questionnaire sur trois personnes différentes, en partie pour vérifier la clarté des questions, la facilité à répondre, la durée et la fluidité du questionnaire ainsi que les problèmes que pouvaient rencontrer les enquêteurs.

3.2.4.4 ADMINISTRATION DU QUESTIONNAIRE

Ce questionnaire a été conçu pour être envoyé (par email ou par voie postale) à un maximum de personnes qui utilisent le jardinage dans divers secteurs de soin. Le choix d'un questionnaire auto-administré me semblait être le meilleur moyen d'obtenir un maximum d'expériences. Pour qu'il soit rapide à remplir, la forme des questions devaient être dans la mesure du possible fermée et à choix multiples. De plus, j'envisageais aussi de l'utiliser comme fil conducteur dans le cadre d'éventuels entretiens semi-structurés. Ainsi, je serai amené à le compléter moi-même. Il devait donc être facile et rapide à remplir.

Ainsi, le questionnaire m'a semblé être la meilleure méthode pour pouvoir comparer les attentes de chacun et déduire qu'elle serait la place de l'ergothérapeute dans chacune des activités jardinage visitées.

4 CHAPITRE 4 : PARTIE PRATIQUE

Afin de trouver la meilleure manière d'aborder ce thème assez vaste, j'ai choisi d'effectuer une phase de recherche en trois parties. J'ai ainsi mené en parallèle, d'une part des recherches sur Internet, d'autre part un travail de lecture, et enfin j'ai envoyé le questionnaire et rencontré des professionnels en vue d'obtenir un stage dans leur institution. Voici les résultats obtenus dans chacune des phases de ma recherche.

4.1 RÉSULTAT DE LA MÉTHODE POUR L'EXPLORATION

4.1.1 RECHERCHES SUR INTERNET

L'utilisation du réseau Internet m'a permis de recueillir des informations théoriques et de trouver des contacts. Par ce biais, j'ai découvert, entre autre, la notion d'hortithérapie, l'association « Belles Plantes »⁸¹, le livre d'Anne Ribes, l'entreprise « Formavert »⁸² et le jardin didactique de Nature et Progrès⁸³.

4.1.2 TRAVAIL DE LECTURE

Pour effectuer mes recherches théoriques, j'ai consulté principalement :

- la librairie de Nature et Progrès à Jambe (Belgique), c'est ainsi que j'ai découvert le livre de Philippe Delwiche « Du potager de survie au jardin solidaire » ;
- la bibliothèque de L'awiph⁸⁴ de Charleroi (Belgique) ;
- les librairies non spécialisés : j'y ai trouvé des ouvrages sur le jardinage.

4.1.3 RELEVÉ D'EXPÉRIENCES

L'objectif est de faire l'inventaire des différents angles de vue adoptés, spécifiques à chaque domaine et de repérer les points communs ou oppositions qui existent entre eux. J'ai donc suivi une méthode rigoureuse pour atteindre les objectifs déterminés au préalable.

4.1.4 J'AI ÉLABORÉ UNE LISTE DE CONTACT

J'ai commencé par contacter plusieurs institutions en espérant pouvoir vivre une expérience de terrain dans le cadre de mes stages de dernière année d'étude (Source : professeurs) :

- **Centre neurologique William Lennox, secteur Pédiatrie** : finalement l'équipe n'envisageait pas d'utiliser le jardinage avec les enfants ;
- **Maison de repos et de soin Nazareth, secteur Gériatrie** : l'ergothérapeute responsable, Bénédicte Vandenhove est devenue mon co-promoteur. J'ai obtenu un stage pour la période de septembre/ octobre 2010 ;

81 Association Belles Plantes, 2 rue d'Agnou, 78580 MAULE (France).

82 **FORMAVERT**, 28, traverse Saint Pons, 13012 MARSEILLE (France).

83 **Nature & Progrès**, 520 rue de Dave, 5100 JAMBES (Belgique).

84 Agence Wallonne pour l'Intégration du Handicap.

- **La maison des Pèlerins, secteur psychiatrie** : j'ai obtenu un stage pour la période de mai/juin 2011 ;

- **École primaire et professionnelle de l'enseignement spéciale de Reumonjoie, secteur Pédiatrie/ Adolescent, Formation préprofessionnelle d'horticulture** : la présence d'une stagiaire risquant de perturber le fonctionnement de la classe, ma présence dans l'institution dans le cadre d'un stage m'a été refusée.

4.1.5 J'AI ENVOYÉ MON QUESTIONNAIRE

Après avoir réalisé un répertoire de toutes les institutions concernées de près par mon sujet de recherche, j'ai envoyé mon questionnaire à tous mes contacts par voie électronique. Le nombre de réponse total était inférieur à mes attentes : **j'ai reçu au total 3 réponses sur 15 personnes sollicitées.**

Finalement j'ai vite compris que le questionnaire n'était pas une méthode de recherche adaptée à mon travail. Cette démarche ne me permettait pas d'avoir une vision globale de la situation en vue de répondre à ma question. J'ai donc modifié ma démarche.

4.1.6 CHANGEMENT DE MÉTHODE

L'objectif de ma recherche est de réaliser au minimum un relevé d'expérience pour chaque domaine d'application. Il serait donc plus judicieux de rencontrer un maximum de professionnel utilisant ce média. Ainsi, j'espère dans la mesure du possible pouvoir aussi visiter les lieux pour avoir une vision plus complète de l'activité. C'est pourquoi, j'ai mené plusieurs interviews semi-structurées en utilisant comme support mon questionnaire.

4.1.7 RÉSULTATS

Finalement toutes ces démarches m'ont permis de relever un certain nombre d'expérience dans des domaines différents. Pour ordonner mes résultats, j'ai choisi de les présenter toutes de la même façon, c'est à dire : (i) présentation de l'institution, (ii) présentation de la population concernée, (iii) présentation et déroulement de l'activité, (iv) les buts et les effets thérapeutiques recherchés et (v) les éventuelles adaptations réalisées. De plus, chacune est classée par rapport à la démarche qui m'a permis de les recevoir.

4.1.8 J'AI FAIT DES VISITES

4.1.8.1 DOMAINE DES ENTREPRISES DE TRAVAIL ADAPTÉ : LA FERME "NOS PILIFS"⁸⁵.

→ *Rencontre avec l'ergothérapeute de la ferme "Nos Pilifs" et visite de l'entreprise.*

- **Présentation de l'institution**

Depuis 25 ans, La ferme « Nos Pilifs » est une entreprise qui engage 150 personnes dont 113 en situation d'handicap, reconnues par le service PHARE. L'entreprise est soumise aux mêmes lois du marché qu'une entreprise ordinaire. Les conditions d'embauche sont strictes : la personne doit

⁸⁵ Ferme "Nos Pilifs", rue Trassersweg , 347 - 1120 Bruxelles

domicilier dans la Région de Bruxelles-Capitale, elle doit être admise au service PHARE et disposer d'une autorisation de travail en entreprise de travail adapté (carte d'embauche de couleur jaune, délivrée par l'équipe pluridisciplinaire du service des prestations individuelles).

Le contrat d'emploi est un contrat de travail ordinaire sauf que les personnes sont suivies par des professionnels de l'accompagnement. Un moniteur est responsable de 25 salariés. Un seul ergothérapeute y travaille.

La ferme emploie ses ressources dans plusieurs secteurs d'activités : épicerie/boulangerie, restauration, animation, pépinière, atelier de manutention (emballage de produit pour les grosses entreprises), entreprise de jardin, jardinerie et panier bio. Le but de ma visite est d'en savoir un peu plus sur la pratique du jardinage.

- **Présentation de la population concernée par l'activité**

L'entreprise engage toutes personnes présentant une situation d'handicap. Les déficiences et les salariés sont très hétérogènes : déficience physique, mentale, troubles affectifs et du comportement, maladie dégénérative, milieu carcéral... Les personnes engagées dans la section jardinage sont avant tout des personnes qui présentent un intérêt et / ou des compétences pour le jardinage. La motivation est une valeur très importante dans les conditions d'engagement.

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

L'entreprise de jardin répond à la demande de particulier ou d'entreprise. Elle peut entretenir ou aménager des jardins mais elle est aussi habilitée à réaliser des piscines vertes par exemple. L'équipe se compose de professionnels paysagistes, d'ouvriers jardiniers et de techniciens. Il y a aussi des apprentis sous contrat d'adaptation professionnelle.

L'entreprise ne stigmatise pas la personne dans son handicap, c'est un salarié avant tout, elle ne fait pas de différences. Les horaires sont les mêmes qu'un salarié ordinaire. L'objectif de la ferme est avant tout la rentabilité de l'entreprise. Leur mission consiste à la mise au travail de personnes en situation d'handicap.

La prise en charge de l'ergothérapeute est plutôt ergothérapique. L'ergothérapeute part des compétences de l'employé et adapte l'activité au travailleur. Elle ne fait pas de rééducation, son secteur de travail ne fait pas parti du domaine de la santé. Si l'activité est bien adaptée à l'employeur, la situation d'handicap de la personne est alors inexistante aux yeux de ses collègues de travail.

- **Les buts et effets thérapeutiques recherchés**

- Proposer et essayer des adaptations tant dans la structure que dans l'acquisition d'aide technique ;
- Soutenir la personne dans les apprentissages ;
- Trouver des solutions pour contrer les difficultés rencontrées (aides techniques, changement du poste de travail ou de secteur...) ;

L'entreprise "Nos Piliers" offre à des personnes en situation d'handicap une chance de retrouver du travail. J'ai relevé de nombreux effets thérapeutiques du travail en entreprise sur la personne et son entourage :

- reprendre confiance en soi ;
- retrouver un rôle dans la société et dans sa famille ;
- valorisation par le résultat du chantier et le retour des clients ;
- valorisation de soi par la rémunération ;
- prendre du plaisir à travailler en équipe ;
- satisfaction de soi par rapport à la situation actuelle comparée au début de sa situation d'handicap ;
- satisfaction de soi par le travail ;
- indépendance et autonomie dans la sphère professionnelle ;
- stimulation des fonctions motrices, cognitives, sociales ;
- retrouver un centre d'intérêt, une raison d'être encore en vie...

- **Adaptations**

Pour le moment l'ergothérapeute n'a pas encore eu l'occasion de mettre en place des adaptations environnementales ou aides techniques dans la section jardin. Toutefois, elle me signale que les salariés dans la section « jardin » sont le plus souvent des personnes qui n'ont pas trop de troubles physiques. Il s'agit plutôt des personnes avec des difficultés sociales ou mentales. Une pré-sélection a lieu par rapport aux difficultés de la personne et le secteur de travail proposé.

4.1.8.2 DOMAINE DU HANDICAP MENTAL : CENTRE DE JOUR « LE GRAIN »⁸⁶

→ *Rencontre avec deux éducateurs et visite du centre, du parc et du projet jardin.*

Dans le cadre de cette visite, j'ai eu l'occasion de rencontrer le responsable du centre qui m'a fait visiter les lieux. (Il est éducateur et a réalisé pendant ses études un travail de fin d'étude sur le thème du jardinage) et l'éducateur qui mène l'activité jardinage.

- **Présentation de l'institution**

Le centre « Le Grain » fait partie de la communauté de « l'Arche ». Il s'agit d'un centre de jours qui accueille 30 adultes présentant un handicap mental ou un polyhandicap. Au départ, le centre proposait uniquement des activités basées sur l'artisanat : cuisine, menuiserie, couture, mosaïque... Puis des activités non productives ont vu le jour tel que l'espace bien être et soin corporel, danse, jeux de société. Pour finir, actuellement 15 activités différentes sont proposées dont la musicothérapie et le jardinage. Le principe de « Le Grain » consiste avant tout à ce que la personne soit au centre de son projet, c'est pourquoi l'écoute et l'analyse de la demande est un

⁸⁶ **Le Grain**, rue de Chambéry 23, 1040 Etterbeek, Bruxelles.

aspect très important dans cette institution. Ensuite un planning d'activité est réalisé par le responsable du centre, la personne s'engage à tenir l'horaire pour une période de 1 an.

- **Présentation de la population concernaient par l'activité jardinage**

Dans l'idée de projet individualisé, il faut savoir que les personnes concernaient sont celles qui sont motivées par le jardinage et qui prennent du plaisir au contact de la Nature. L'équipe accompagnante est composée de bénévoles et d'un éducateur (personne rencontré).

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

Chaque participant est accompagné et guidé dans l'organisation et la réalisation de son travail. L'activité se déroule sur deux sites : le parc et le jardin. Le parc est un lieu qui se trouve à 20 km du centre, il s'agit de parcelles de terre prêtées en échange de l'entretien régulier de son espace vert. Le « projet jardin » comme son nom l'indique, est encore en projet. En effet, le centre envisage de construire une serre sur le site du centre. Ainsi, l'accès à l'activité jardin sera plus facile pour les personnes ayant des difficultés pour se déplacer. De plus, la culture des plantes pourra se prolonger par rapport aux saisons. La finalité du « projet serre » serait de distribuer les légumes cultivés dans un réseau de « panier bio ». La réalisation de deux bacs de culture a déjà été élaborée. Un « parcours des senteurs » est en cours de réalisation. La finalité de ce projet serait de pouvoir vendre leurs légumes. Il faut savoir que la consommation par le centre des fruits ou légumes cultivés n'est pas possible pour des raisons de normes d'hygiène. Les légumes sont donc proposés à des voisins, aux membres du personnel ou aux jardiniers pour leur consommation personnelle. L'activité se déroule deux fois par semaine, le vendredi et le mercredi sur le site à l'extérieur de l'institution.

Le groupe comprend neuf personnes maximum qui s'engagent pour un an d'activité. Les horaires sont de 10h à 12h et de 13h15 à 16h15.

La culture se fait en pleine terre et elle est essentiellement potagère. Les plantes aromatiques et ornementales seront plutôt cultivées dans le jardin du centre.

Le début de l'activité commence par une rencontre autour de la table du jardin. Chacun exprime son humeur du jour. L'accompagnateur responsable rappelle ce qui a été fait la fois précédente et ce qu'il faudrait faire cette fois ci. Il constitue les groupes de travail (en binôme le plus souvent) et répartit les tâches à chacun des groupes. Après le repas de midi, c'est le moment de la sieste jusque 13h15. A la fin de la journée tout le monde se retrouve autour de la table, le responsable rappelle ce qui a été fait et annonce ce qui devra être fait la fois prochaine. Il offre aussi la possibilité à chacun de pouvoir s'exprimer sur la journée passée dans le jardin.

- **Les buts et les effets thérapeutiques recherchés**

La mise en place de cette activité a pour but de mettre en activité les personnes. Elle vise la prise de plaisir. Toutefois, le travail dans la Nature et le jardinage ont des répercussions sur les personnes. Voici un relevé des effets thérapeutiques de l'activité pour la population concernée :

- stimuler les sens de la personne grâce au contact de la Nature : améliorer les conditions de réception sensorielle ;
- valorisation de soi par la finalité de l'activité : augmenter la confiance en soi ;
- éviter de repli sur soi, améliorer les conditions de maîtrise du corps : être attentif au déplacement dans le jardin, prise de conscience de soi par rapport à la Nature ;
- prise de plaisir par l'observation de l'évolution du jardin après chaque semaine ;
- prendre du plaisir à faire partie d'une équipe : favoriser la communication ;

- apprendre à découvrir l'autre, à le respecter, à faire partie d'un groupe ;
- (r)éveiller un centre d'intérêt ;
- trouver une place dans la société : améliorer la confiance en soi, inclusion sociale (il y a d'autre parcelle de jardin partagée) ;
- stimuler les fonctions motrices, cognitives et sociales ;
- acquérir des compétences en termes de jardinage : épanouissement dans les apprentissages ;
- mener une activité en toute indépendance ;
- valorisation de son travail par le retour des personnes qui apprécient la qualité des légumes récoltés, prendre du plaisir à fournir des légumes de qualité ;
- prendre du plaisir dans le travail ;
- apprentissage des saisons, rythmer sa vie...

- **Adaptations**

L'engagement de 1 an dans l'activité, le respect du planning et des horaires sont des limites imposées volontairement par l'institution. Elles amènent un repère structurel à la personne.

Le centre utilise toute sorte de *gabarit* pour toutes les activités artisanales. Pour l'activité jardin, il projette de créer un plan de jardin modifiable grâce à du velcro qui permettrait à la personne d'organiser en toute autonomie son jardin et passer ses commandes de graines. La personne vient attacher sur un panneau les images de légume qu'elle aimerait planter dans son jardin. Chaque image représente un légume particulier et l'espace qu'il prendra à sa maturité. Ainsi, la personne pourra anticiper et organiser sa parcelle en toute autonomie. Outre le fait de faciliter l'organisation de l'espace jardin, cette adaptation permet aussi de savoir les quantités nécessaires pour la commande de graine.

L'espace entre les parcelles du jardin est de 1 mètre pour permettre de *travailler à deux* sur la parcelle.

Finalement, grâce à cette méthode, j'ai relevé deux expériences dans des domaines bien différents : entreprise de travail adapté et handicap mental pour adulte.

En parallèle, j'ai réalisé mes deux stages : le premier dans le domaine de la gériatrie et le second en psychiatrie.

4.1.9 J'AI FAIT DES STAGES

4.1.9.1 DOMAINE DE LA GÉRIATRIE : LA MAISON DE REPOS ET DE SOIN « NAZARETH »⁸⁷

→ accompagnée par mon co-promoteur de stage, Vandenhove. B.

- **Présentation de l'institution**

« Nazareth » accueille des personnes âgées qui ne peuvent plus vivre seules, elles se trouvent le plus souvent dans une circonstance de dépendance face à toutes les tâches de la vie quotidienne, en raison de leur grand âge ou suite à un accident ou une maladie. La maison est divisée en 7 lieux de vie différents. Elle peut accueillir 159 personnes. Certains services sont particulièrement réservés aux personnes désorientées.

La maison de repos et de soin n'oriente pas son travail dans le but de retrouver de l'autonomie dans les activités de la vie quotidienne mais de stimuler et maintenir les fonctions restantes en fonction des habitudes de vie, des désirs des attentes et des souhaits de chaque résident. Elle accompagne les personnes dans leur fin de vie.

- **Présentation de la population concernée par le jardinage**

Le service d'ergothérapie propose le jardinage à un petit groupe de résident majoritairement désorienté.

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

Les résidents entretiennent les plantes de la maison et les boutures et sèment de nouvelles fleurs. Le mode de culture est uniquement en jardinière. Les plantes cultivées proviennent en majorité de boutures réalisées sur les plantes personnelles de l'ergothérapeute. C'est une activité de groupe qui accueille environ 10 participants accompagnés d'un ergothérapeute, elle dure 2 heures. L'activité a lieu un après-midi par semaine dans le local d'ergothérapie. Elle se déroule en trois phases : l'accueil des résidents, le jardinage et la fin de l'activité.

- L'accueil : les résidents sont accompagnés à la salle d'ergothérapie ;
- L'activité : à chaque début de séance, l'ergothérapeute donne à chacun des résidents un contenant avec de la terre (bac à glace) et une cuillère (cuillère à soupe). Les résidents attendent que l'ergothérapeute répartisse les tâches ;
- La fin de l'activité : tout le monde se retrouve autour d'un verre de jus de fruit.

- **Les buts et les effets thérapeutiques recherchés**

La finalité de l'activité est de recréer un espace domestique au sein de la maison de repos et de soin pour augmenter la qualité de vie des résidents. Ainsi, l'activité jardinage offre un point de stabilité pour tous les résidents de la maison grâce à ce paysage qui leur est familier.

J'ai relevé les buts poursuivis par l'ergothérapeute dans l'activité :

- stimuler les cinq sens ;
- favoriser la réminiscence ;

⁸⁷ MRS Nazareth, Chaussée de Waterloo, 961. 1180 Uccle- Bruxelles.

- restituer les perceptions : donner des repères, offrir un contact avec la réalité ;
- proposer une activité jardinage dans un environnement adapté aux personnes âgées qu'elles soient debout ou en fauteuil ;
- stimuler l'orientation en travaillant sur les saisons ;
- proposer une expérience, un enracinement positif qui permettra à la personne de se (ré)investir et donner un sens à sa vie en maison de repos (sentiment d'utilité pour la communauté), restaurer l'estime et l'image de soi ;

- créer un lieu convivial et familial, sensibilisation au « Beau » ;
- favoriser la détente (bien être) et les souvenirs ;
- maintenir les acquis : (i) maintenir les capacités cognitives : orientation spatio-temporelle, mémorisation ; (ii) maintenir la socialisation au travers d'activité en groupe.

Les effets recherchés dans l'activité jardinage présentent de nombreuses répercussions sur la qualité de vie de la personne démente. J'ai relevé plusieurs effets que procure le jardinage :

- diminue l'agitation par la mise en activité et les effets que procurent le jardinage sur la personne → se sentir dans un climat de sécurité, paysage rassurant ;
- identification des saisons, permet de mieux vivre la succession des saisons → l'évolution des plantes stimule l'orientation temporelle ;
- stimule les fonctions motrices → mise en activité, motricité fine, réapprendre des gestes simples ;
- stimule les fonctions sensorielles et la réminiscence :
 - → la mémoire : rappel des faits anciens, activité renouant avec une pratique d'autrefois (exemple : se souvenir des fleurs plantées dans son jardin...) ;
 - → l'odorat : parfum des fleurs, des plantes aromatiques, sentir l'odeur la terre mouillée... ;
 - → le toucher ; chaleur de la terre, feuille rugueuse, lisse ou velouté... ;
 - → la vue : apprécier les couleurs... ;
- maintien une qualité de vie (lutte contre l'inactivité), favorise les échanges, redonne le goût de communiquer et de vivre avec d'autres ;
- trouver sa place dans la maison de repos et de soin :
 - → avoir un sentiment d'utilité ;
 - → valorisation de soi ; estime de soi augmentée ;
 - → avoir un rôle dans l'embellissement de leur lieu de vie ;
- valorisation personnelle à travers le résultat obtenu → esthétique (de beaux bacs pleins de fleurs)

- **Adaptations**

Le mode de culture

Il présente dans ce cas de nombreux avantages. Pouvoir travailler la terre à l'intérieur des bâtiments, s'accorder aux fragilités corporelles de la personne âgée et aux températures extérieures, accessibilité pour les personnes en fauteuil roulant sans aménagement trop important, activité polyvalente offrant possibilité de se déplacer à l'extérieur quand il fait beau et être à l'intérieur quand il fait froid, positionnement « en assis » permettant un accès à la terre et aux plantes sans devoir se baisser.

Le matériel

La quantité de terre est divisée dans des petits bacs :

→ Adaptation aux conditions physiques de la personne âgée, sujette à l'ostéoporose (risque de fracture et de luxation), fragilisée par ses traitements médicamenteux, fatiguée.... ;

→ Adaptation de l'environnement physique où a lieu l'activité.

Déroulement de l'activité

Adaptation de l'activité en fonction des capacités résiduelles de la personne démentes avec subdivision de l'activité (une tâche à la fois) pour une adaptation au rythme de chaque personne ; et avec une évaluation de l'état général de la personne et une adaptation du niveau de difficulté de la tâche proposée. L'activité est structurée et ritualisée (début-milieu-fin) et offre donc un cadre sécurisant.

4.1.9.2 DOMAINE DE LA PSYCHIATRIE : LA MAISON DES PÈLERINS⁸⁸

- **Présentation de l'institution**

La maison des pèlerins est une annexe de l'hôpital psychiatrique « Beau Vallon ». Elle accueille sept personnes qui vivent sur place, en appartements. La journée, c'est un centre de jour qui accueille en plus des sept personnes, cinq autres pouvant venir de l'hôpital du « Beau Vallon », de l'hôpital neuro-psychiatrique « St Martin » (Dave, Belgique) ou des personnes externes qui viennent seulement quelques jours par semaine. C'est avant tout un lieu de réinsertion sociale avec une approche très humaniste de la personne. L'objectif est de revivre dans un contexte le plus proche de ce que l'on ferait chez soi dans un cadre sécurisant.

- **Présentation de la population concernée par l'activité jardinage.**

Dans un premier temps, il faut savoir qu'il n'y a pas d'activité jardinage organisées. Un éducateur et un infirmier sont présents toute la journée pour favoriser la mise en activité de chacun. Les personnes accueillies sont principalement des adultes présentant des troubles psycho-sociaux, affectifs et du comportement. Chacun est libre de faire ce qu'il veut, tant qu'il respecte la dynamique de la communauté. Ainsi, spontanément, des personnes ont développé un centre d'intérêt pour une tâche particulière. L'équipe favorise cet investissement. C'est la raison pour

⁸⁸ La maison des pèlerins, rue du presbytère, 11 – 5004 Bouge-Namur- Belgique.

laquelle, cette structure responsabilise les personnes dans leur action, pour diminuer les conséquences de l'institutionnalisation. Il y a donc un responsable du jardin potager, de la culture ornementale, de l'entretien des bêtes, des outils...

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

L'activité menée à la maison des pèlerins est permanente. Il s'agit d'entretenir et revaloriser le parc de la maison. L'aménagement d'aire de culture pour la plantation de fleurs, de plantes à massifs, d'aromates et de fruits et légumes en fait partie.

Le jardin potager se cultive en pleine terre. Aucune organisation structurelle n'est imposée. Pour le moment, une seule personne jardine. Elle dispose de la liberté de gérer le jardin comme elle l'entend. Toutefois, les légumes cultivés servent à la communauté pour le repas de midi.

Les plantes ornementales sont gérées par une autre personne. Elles sont principalement semées sous serre et repiquées dans des jardinières et en plein sol.

D'autres personnes participent à ces activités mais à des fréquences moins importantes. Au rythme des saisons, des travaux sont réalisés dans la propriété : jardinage, entretien de la pelouse, plantation de fleurs, culture d'un jardin potager, récolte des fruits du verger, transformation de la récolte en jus de fruit, confiture, gestion d'un compost, élevage de poule...

- **Les buts et effets thérapeutiques recherchés**

La finalité de cette approche est de mobiliser la personne physiquement pour lui permettre de se mobiliser psychiquement. Les thérapeutes veulent casser le cercle vicieux lié à la consommation de l'alcool en particulier, en vue d'une réinsertion sociale.

Les buts thérapeutiques liés à cette activités sont :

- cadrer l'individu dans la réalité et le quotidien ;
- maintenir un contact avec le monde extérieur ;
- susciter l'investissement dans un projet → motivation et intérêt ;
- favoriser la revalorisation → retrouver et augmenter l'estime de soi, la confiance en soi, retrouver sa dignité ;
- inviter la personne à faire des choix et prendre des décisions → responsabilisation ;
- prendre plaisir dans une tâche quotidienne ;
- stimuler la prise de conscience et la reconnaissance des problèmes ;
- favoriser les relations interpersonnelles générées par le travail d'équipe ;
- inviter les participants à verbaliser leur ressenti → communication, relation d'aide.

L'activité d'entretien de la propriété provoque des répercussions sur le comportement des personnes. J'ai relevé plusieurs effets thérapeutiques significatifs :

- revalorise la personne et augmente l'estime de soi :

- par rapport au résultat de son travail : satisfaction à travers la mise en activité et aboutissement d'un projet ;
- par rapport à autrui : donne une contenance vis à vis des patients institutionnalisés et de son entourage ;
- par rapport au travail d'équipe : trouver son identité, sa place, socialisation ;
- diminution de la médication : le travail, la satisfaction de soi, le contact avec la Nature diminuent significativement la consommation médicamenteuse et conduit à une disparition des angoisses pendant le travail ;
- offre une meilleure qualité de sommeil, de l'appétit et diminue le stress ;
- disparition des comportements inadaptés (violences, agressivités) : capacité à gérer les frustrations et surmonter les difficultés pendant le travail grâce aux effets que procurent le travail d'équipe, les effets de l'environnement naturel...
- appartenance à un groupe → socialisation, entraide, communication, sentiment de sécurité, ambiance et cadre qui incite à l'expression, se sentir protégé :
- disparition de l'envie de boire (aucun incident n'a eu lieu depuis le début de ce projet) ;
- sentiment de fierté qui pousse à agir posément dans les responsabilités qui leurs ont été données → fierté, estime de soi, confiance en soi, valorisation de soi ;
- prises d'initiatives, investissement physique et moral dans les projets, gestion de soi :
- prise de plaisir, entretien des fonctions motrices → mise en activité ;
- (r)éveiller un centre d'intérêt pour la Nature, le travail d'équipe → mise en projet de la personne, perspective d'avenir plus positive ;
- restructuration de soi grâce aux effets que procurent la Nature et la dynamique de groupe → calme la douleur et les angoisses, effets sur l'humeur des personnes ;
- repousse l'isolement ;
- La personne créé un lien avec la Nature qui stimule l'idée de trouver un sens à sa vie.

- **Adaptations**

Je n'ai pas relevé d'adaptations spécifiques. Les participants sont libres de faire partie du projet mais ils doivent s'investir jusqu'à la fin de celui-ci. Il en découle une notion d'engagement et de responsabilité.

Parallèlement, mes recherches théoriques m'ont conduit vers deux spécialistes du jardinage thérapeutique : Anne Ribes de l'association « Belles Plantes » et Sébastien Guéret de l'entreprise « Formavert ». J'ai voyagé à Paris pour une journée de rencontre avec Anne Ribes et j'ai fait connaissance avec Sébastien Guéret via emails et conversations téléphoniques.

4.1.10 J'AI RÉALISÉ UNE INTERVIEW

→ *Interview téléphonique semi-structurée avec S. Guéret, dirigeant de l'entreprise Formavert.*

L'entreprise propose des formations spécialisées dans le paysage, le secteur médico-social et d'hortithérapie. J'ai contacté Sébastien Guéret par email dans l'espoir, au départ, qu'il me transmette des contacts pour trouver des lieux de stage dans le domaine de la pédiatrie. De fils en aiguille, il m'a expliqué son chemin vers l'entreprise « Formavert », vers l'hortithérapie.

Initialement, il était enseignant technique à la « Fondation d'Auteuil ». Il enseignait l'horticulture à des adolescents présentant de grandes difficultés sociales et familiales. A ce moment, il a observé des comportements assez paradoxaux sur ses élèves par rapport à l'activité menée, en particulier sur certains garçons. Ils manifestaient leur virilité dans un jeu qui consistait à montrer constamment leur performance physique. Cependant, quand il s'agissait de s'occuper des plantes, leur comportement changeait : ils offraient un soin et montraient une douceur inattendus aux plantes.

4.1.11 J'AI FAIT DES RENCONTRES

→ *Rencontre avec l'association « Belles Plantes » (Maule, région parisienne) ; 11/11/2010.*

Le principe était tout simplement de se rencontrer dans une ambiance chaleureuse. Cette rencontre m'a permis de rentrer en contact avec l'association « Belles Plantes » et d'envisager de m'associer avec eux à la fin de mes études. Chacun était invité à se présenter au groupe. Nous étions environ quinze personnes. Deux participants ont accepté par la suite de répondre à mon questionnaire.

4.1.12 RÉPONSES À MON QUESTIONNAIRE

4.1.12.1 DOMAINE DU DIVERS : SECTEUR CULTUREL ET SOCIAL

→ *Relevé d'une expérience dans le domaine de la pédopsychiatrie: jardinage avec des enfants autistes en France – Rencontre avec Anne Ribes*

- **Présentation de l'institution**

L'association « Belles Plantes » a été créée en 1997. Elle vise à promouvoir la connaissance des jardins et l'art du jardinage sous ses aspects artistiques, thérapeutiques et humanitaires. Une de ces fonctions est de capitaliser les expériences, les projets et les recherches à ce sujet. Je relève une expérience à l'hôpital de la Pitié Salpêtrière dans le service de pédopsychiatrie.

- **Présentation de la population concernée par l'activité jardinage.**

Il s'agit d'un groupe de cinq enfants présentant des signes autistiques.

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

L'activité dure deux heures, une fois par jour. L'équipe soignante se compose d'une institutrice, d'éducateurs et de psychomotriciens. Anne Ribes est infirmière de formation. Des sorties sont aussi organisées : visite de fermes, visite du Jardin des Plantes...

L'atelier « potager fleur » est très ritualisée, à chaque début d'activité :

→ mise en tenue de jardin: gants, bottes, chapeau.... ;

→ observation: constater ce qu'il y a de changé dans le jardin ;

→ les tâches réalisées dans le jardin suivent le calendrier des travaux : tailler , semer, dédoubler carottes et radis en temps voulu, arroser les légumes... ;

→ ranger le matériel et boire une tisane tous ensemble pour clôturer l'activité.

Chaque jour, un quart d'heure est destiné à remplir un journal de bord illustré. Au minimum, une fois par mois une photo du jardin est prise pour illustrer son évolution au fil des mois.

• **Les buts et effets thérapeutiques recherchés**

L'équipe de l'atelier « potager fleur » vise à libérer l'enfant de sa bulle pour lui permettre de retrouver le plaisir du jeu collectif. Son but est d'apporter des perceptions immédiates liées au temps, à la matière, à la rigueur, à l'équilibre et au respect. L'atelier est un moyen pour atteindre les **objectifs** suivant :

- offrir à l'enfant une relation avec la Nature procurant un sentiment de complétude, d'harmonie et d'équilibre ;
- favoriser l'ouverture de soi grâce au jardin qui est un lieu proche de la vie, plein d'ouverture ;
- permettre à l'enfant de prendre conscience de l'espace, de faire un avec l'espace ;
- rassurer l'enfant grâce au jardin où se trouve un monde rassurant enraciné dans le réel ;
- vivre une expérience concrète, réel car le jardin est un miroir de la réalité ;
- respirer un bon air ;
- proposer un retour à l'élémentaire ;
- faire sortir l'enfant de son monde, pour le faire venir dans notre monde ;
- éveiller à la notion du temps : il faut du temps pour que les végétaux poussent ;
- éveiller à la notion de la matière : dans la graine il y a l'arbre, le légume... ;
- éveiller à la rigueur : bien faire un geste, une ligne... ;
- stimuler au partage : la Nature partage ses fruits ;
- éveiller au bonheur et à l'équilibre : stimulation sensorielle, la notion des saisons et leurs impacts sur la Nature : le gel, la pluie, la neige, le printemps, l'été....

Lors de l'activité des **effets positifs** ont été observés par l'équipe :

- motivation et intérêt pour aller au jardin ;
- prise de conscience de la structure de l'activité à mémorisation des étapes, expression des étapes à réaliser avant d'aller au jardin : mettre ses bottes pour aller au jardin... ;
- communication : émerveillement face à la magie de la Nature. ;
- participer avec le corps dans l'activité, tout en apprenant à le maîtriser : bêcher, mettre du terreau, semer délicatement des graines ;

- interagir avec le monde extérieur : un premier pas vers l'ouverture de l'enfant à un autre monde que le sien, aux plantes qui représentent l'extérieur, la relation que l'on peut avoir avec elle est plus simple ;
- sortir de soi-même dans un lieu qui redonne de l'humanité à une souffrance intérieure apaisée par un bonheur extérieur ;
- partager avec les animaux de la Nature : donner des graines aux oiseaux, faire du compost pour nourrir les vers de terre... Première approche vers l'ouverture aux autres ;
- découverte d'un centre d'intérêt dans un espace extérieur au sien : intérêt pour arroser, pour planter, pour s'occuper des fraises... ;
- réactivité à l'environnement : à la vue des papillons, des abeilles, aux chants des oiseaux, au vent, au nuage.... ;
- acquisition d'apprentissage, de mobilité : utiliser une brouette, ratisser, arroser, couper une plante, désherber, concentration, attention... ;
- stimulation sensorielles et prise de plaisir : rire, joie, plaisir de goûter une tomate, de s'allonger dans les feuilles d'automne, terre sèche, humide, froide, chaude, granuleuse, découverte des différentes textures des végétaux (piquante, douce, collante, rugueuse...) ;
- notion d'action-réaction, prise de conscience de l'impact de ses actes sur l'environnement : Ouverture du robinet → eau qui coule, semer une graine de tournesol → un tournesol apparaît, feuilles de menthe → tisane (les enfants peuvent reconnaître la menthe quand il faut faire la tisane), graine de radis → pousse → assiette ;
- modification de l'humeur : enfant arrive en pleurant et quand l'activité commence, il sourit et s'exprime verbalement ;
- notion d'espace, de respect : marcher dans les allées et pas sur les plantes qui risquent de mourir sinon.

- **Adaptations**

Voici les adaptations mises en place dans l'activité par rapport aux difficultés que rencontre un enfant autiste :

- pallier l'impatience en cultivant un jardin avec des plantes à pousses rapides (radis, carottes, fraise...)
- emploi d'un autre canal d'expression en favorisant la stimulation sensorielle ;
- autre moyen d'expression que l'écriture : le dessin → reconnaissance des légumes et des fleurs avec des icônes en vue d'établir un livre de bord du jardin entièrement en image, offrir un raccourci pour l'imagination grâce au dessin (le dessin va plus vite à l'esprit que les lettres) ;

- si le respect du jardin n'est pas établi, l'activité n'est peut-être pas adaptée à l'enfant ;
- régularité de l'atelier et ritualisation à structuration, notion temporelle ;
- résultat de l'activité vite observable, un moindre effort ou la moindre attention entraîne un résultat inespéré → valorisation de soi, confiance en soi augmentée.

4.1.12.2 DOMAINE DU DIVERS: ACCOMPAGNEMENT D'ADULTE AUTISTE DANS UNE MAISON D'ACCUEIL SPÉCIALISÉE, EN FRANCE.

→ *Relevé d'une expérience vécue par un éducateur technique spécialisé, jardinier paysagiste.*

- **Présentation de l'institution**

Une maison d'accueil et de soin est une structure accueillant des personnes qui n'ont pas les aptitudes nécessaires pour acquérir une autonomie suffisante afin d'assumer les tâches de la vie quotidienne. Une tierce personne est donc disponible pour les accompagner dans les actes de la vie courante, et surveiller leur état de santé.

- **Présentation de la population concernée par l'activité jardinage**

Les personnes concernées par l'activité « jardinage » sont essentiellement des adultes autistes (âge mental 7/15 ans).

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

Une fois par semaine, douze personnes accompagnées d'un éducateur, un infirmier et un psychologue vont vivre une expérience de jardinage au sein de l'institution. Pour des raisons pratiques le groupe est divisé en deux et les horaires sont décalés : un groupe vient le matin (10 - 12 h) et l'autre l'après-midi (14h30 - 16h30).

Nombreux sont les types de plante et les modes de cultures utilisés : pleine terre, en jardinière, semis sous serre, florales, potagères, aromatiques, germes dans des bocaux en verre. La finalité du jardin est de permettre en amont de fabriquer des instruments de musique (calebasse) grâce à la plantation de gourde, de vendre les légumes au marché, de faire de la tisane, et créer des objets décoratifs. Toutefois, certains légumes sont destinés à la consommation et d'autre à l'esthétique mais ce n'est pas leur priorité.

- **Les buts et effets thérapeutiques recherchés.**

La finalité de l'activité est de permettre la (re)socialisation les personnes autistes en leur offrant un contact avec le publique via la vente de légumes dans un marché local. A partir de là, d'autre buts sont poursuivis dans l'activité :

- procurer du plaisir et éveiller un centre d'intérêt ;
- favoriser la socialisation ;
- stimuler les fonctions sensorielles ;
- cadrer dans la réalité et le quotidien ;
- stimuler les notions de respect et d'écoute de l'autre, écouter les consignes, attendre son tour... ;

- ouvrir la personne vers les autres, un public qui ne fait pas partie d'un centre hospitalier ;
- mettre la personne dans un cadre moins sécurisant dans l'espoir qu'elle aille vers les autres ;
- valoriser leur intervention au jardin par la vente des produits et la possibilité de les offrir en cadeau à quelqu'un, faire sortir les individus de leur rôle de « patients ».

L'activité jardin semble avoir des répercussions sur la population concernée, les effets de l'activité sont visibles :

- entraide entre participant : une personne prend l'initiative de diriger un malvoyant utilisant une brouette , grâce à sa voix;
- communication entre participant : interaction avec les autres par le contact visuel et physique, faire parler ceux qui reste silencieux : un patient qui ne parlait jamais a émis quelques mots... ;
- concentration et attention pour les semis ;
- acquisition d'habileté : motricité fine, geste précis (ex. semis, désherbage...) ;
- mémoire : mémorisation des gestes précis, des étapes à poursuivre... ;
- humeur et comportement : motivation, intérêt pour l'activité, prise d'initiative volontaire.

- **Adaptations.**

Pour rendre accessible l'activité, des adaptations ont été réalisées en particulier pour les personnes présentant un handicap physique s'ajoutant à leur handicap mental (ex. malvoyant, malformations digitales...)

Pour permettre de jardiner aux personnes qui n'ont pas la capacité de travailler au sol, des bacs surélevés ont été mis en place.

L'accès au jardin a été adapté pour les personnes qui se déplacent en fauteuil roulant.

L'utilisation de rondins de bois sert à cadrer le travail en délimitant la surface de culture.

La notion de production est non prioritaire et introduite pour permettre aux patients de travailler à leur rythme.

Des outils avec des manches plus épais, facilitant la préhension, sont disponibles.

4.1.12.3 DOMAINE DU SOCIAL : ACCOMPAGNEMENT DE FEMMES EN DIFFICULTÉ ET LEURS ENFANTS EN FRANCE

→ *Relevé d'une expérience vécue par une animatrice de jeunes enfants. Activité interrompue.*

- **Présentation de l'institution**

« L'Escale » est une association qui accueille des femmes victimes de toutes formes de violences et leurs enfants. Elle leurs offre différents services : accueil téléphonique d'écoute, conseil et orientation, accompagnement social et juridique personnalisé, soutien psychologique,

accompagnement vers l'emploi et le logement, espaces collectifs de parole ou d'échanges et différentes alternatives d'hébergement de court et moyen séjour.

- **Présentation de la population concernée par l'activité jardinage**

L'activité « jardinage » se réalisait principalement avec les enfants, parfois leurs mamans les accompagnaient.

- **Présentation et déroulement de l'activité jardinage**

L'activité avait lieu deux samedis matin par mois et durait environ deux heures. Entre quatre à huit enfants participaient à l'atelier et parfois leurs mères les accompagnaient. Un éducateur, une animatrice et un psychologue assurait le cadre de l'activité. Les plantes cultivées étaient essentiellement potagères et aromatiques. Elles étaient utilisées pour la cuisine.

- **Les buts et effets thérapeutiques recherchés dans l'activité**

L'activité « jardinage » était essentiellement utilisée comme un moyen pour favoriser la communication entre la mère et son enfant mais aussi avec les accompagnateurs.

Les buts poursuivis touchaient principalement le domaine du social, c'est-à-dire :

- stimuler la maman à participer à une activité avec son enfant pour favoriser la communication, l'échange et le partage ;
- favoriser la prise de plaisir dans l'activité ;
- offrir les possibilités d'exprimer son énergie interne par le mouvement à l'air libre et l'activité créative ;
- éveiller vers le sens profond du lien entre l'Homme et la Nature et apprendre à la respecter ;
- permettre à l'enfant et/ou sa maman de s'intégrer dans un groupe ;
- créer un lien social avec d'autres personnes ;
- favoriser les prises d'initiative ;
- familiariser et faire comprendre les phénomènes de la Nature, la présence des insectes, des animaux de la terre aux enfants pour diminuer les « peurs-paniques » telle que toucher la terre, voir un vert de terre... ;
- maintenir un contact avec le monde extérieur.

Cependant, du fait du manque d'enthousiasme des mamans, l'atelier a été interrompu. Il a été malgré tout possible de relever des modifications de comportement chez les enfants :

- modification de l'humeur : découverte d'un nouveau centre d'intérêt, prise de plaisir, expression de la joie de vivre, enthousiasme, motivation... ;
- développement d'aptitudes motrices, expression de soi : pouvoir bouger sans contraintes et être libre de ses mouvements, apprentissage d'un bon positionnement pour préserver son dos (Ex. s'accroupir, se relever, équilibre, habileté manuelle...), expression du ressenti de l'activité par le corps (liberté de mouvement)... ;

- comportement social : développement de l'intérêt pour une activité de groupe, enthousiasme et joie de travailler avec des autres.

- **Adaptations**

La personne qui a rempli mon questionnaire énonce certaines difficultés au niveau de l'organisation et de la dynamique entre les intervenants professionnels. Toutefois, aucune adaptation n'a été mise en place. La fin de l'activité a été principalement influencée par le départ de la personne initiatrice du projet. En outre, la fréquence de l'activité (une rencontre tous les quinze jours) ne permettait pas un suivi régulier. Le groupe ne pouvait pas gérer convenablement le jardin. Certaines séances ont été annulées à cause d'impératifs scolaires ou de visites familiales. L'atelier a aussi souffert du manque de temps et de conciliation entre les intervenants et la direction de la structure. Les possibilités de rencontre entre les différentes personnes impliquées étaient très difficiles.

L'utilisation du jardinage comme médiateur thérapeutique nécessite d'être thérapeute et jardinier. En effet, par sa pratique et son expérience, l'ergothérapeute est capable d'utiliser le jardinage pour entrer en relation avec ses patients. De plus, il ressent l'impact que peut avoir cette activité sur lui et sur son entourage. Il possède des connaissances relatives aux différents états de santé, il apprend à connaître les personnes auprès desquelles il travaille, leur caractère, leur réaction, leur comportement. Cette double connaissance lui donne les capacités à utiliser le jardinage comme médiateur thérapeutique. Le rôle de l'ergothérapeute dans ce média est donc d'offrir à chacun les possibilités de s'épanouir. Le point commun de toutes ces expériences est que le jardinage offre à chacun de nombreux bénéfices très spécifiques à leur situation.

5 CHAPITRE 5 : PARTIE DISCUSSION

Au terme de cette étude, j'ai pu faire les constatations suivantes que je résume en cinq points :

- 1) l'activité jardinage dans le secteur du soin est de plus en plus abordée dans la littérature vulgarisée et scientifique ;
- 2) les effets de la Nature sur l'Homme sont utilisés depuis de nombreuses années ;
- 3) le jardinage est une activité qui a toujours été pratiquée par l'Homme ;
- 4) il existe de nombreuses expériences et de projets touchant à ce sujet dans le domaine de la santé ;
- 5) cette activité est très développée dans les pays d'outre-mer, il existe d'ailleurs une formation spécialisée : « L'hortithérapie » qui se développe à présent aussi dans les pays occidentaux.

Mes recherches théoriques m'ont transmis un nouveau regard sur le jardinage, surtout par rapport à l'aspect symbolique et le sens du terme « thérapeutique ». Les visites et les rencontres faites durant ce travail m'ont permis de souligner certains points importants.

A noter, dans l'ensemble de mes recherches, deux expériences n'ont pas été retenues :

→ Un jardin adapté proposé par la ferme de la Hulotte (projet réalisé par une des animatrices). Convaincue des effets bénéfiques du jardinage, elle souhaite promouvoir cette activité à un plus large public. Par manque d'information de sa part, je n'ai pas pu relever les répercussions sur une population donnée. Elle suggère qu'il lui faudrait plus d'expérimentation.

→ Une expérience avec des adolescents autistes vécue par le directeur actuel de l'entreprise « Formavert ». L'activité a duré une saison. Il n'a pas relevé de répercussion sur la population concernée, ici aussi par manque d'expérimentation.

Selon l'expérience que j'en ai faite, dans la majorité des cas, l'activité n'est pas encadrée par une seule personne mais par un plus grand nombre d'éducateurs. Rares sont mes visites où il y avait du matériel spécialisé pour l'activité « jardinage ». Il est important d'entretenir une bonne relation avec l'agent responsable de l'entretien, il doit faire partie intégrante du projet car c'est lui qui possède de nombreuses clés pour sa réussite.

Chacune de ces expériences est unique, aucune ne se ressemble et c'est bien parce qu'elles se déroulent toutes dans un contexte différent et avec un public différent, que les effets recherchés le sont aussi.

Je retiens surtout que l'activité « jardinage » regroupe de nombreuses tâches et c'est ainsi selon moi, la raison pour laquelle il existe de nombreuses expériences dans plusieurs domaines de la santé.

Domaine de la gériatrie

Cette expérience présente une activité structurée, avec des tâches décomposées, un cadre spécifique, un mode de culture déterminé et un résultat visible rapidement. J'ai retrouvé ces

aspects uniquement dans le domaine de la gériatrie. Toutefois, je trouve que dans la prise en charge avec des personnes présentant un trouble autistique, nous retrouvons quelques critères similaires. En effet, il est indispensable dans ces deux situations, d'offrir un cadre sécurisant pour permettre l'expression de soi. En effet, ces individus n'ont pas les capacités, entre autre, de s'organiser, de planifier une tâche et de séquencer des étapes. Finalement, le point commun entre ces deux types de condition est le monde particulier dans lequel vivent ces personnes. Ils sont dans leur bulle et s'ouvre difficilement aux autres. Le jardinage a l'avantage de bénéficier d'une large possibilité d'action dans la gériatrie par rapport à d'autres activités. Je m'explique. Les signes cliniques de la démence imposent un aménagement particulier de l'activité surtout par rapport à sa structuration. Grâce à la diversité des plantes et des différents modes de culture, il est possible d'amener la personne démente à se mettre en activité en vue de trouver un sens à sa vie en institution.

D'un point de vue cognitif, la personne démente souffre d'une désorientation causée par un déclin lié au grand âge. Ainsi, toutes ses idées ne sont plus organisées. Elle est souvent complètement perdue, ce qui entraîne parfois de l'agressivité et de l'agitation surtout par manque de compréhension de la situation vécue. C'est pourquoi, l'ergothérapeute a toute sa place dans un atelier « jardinage » en gériatrie. Il connaît la déficience et peut adapter l'activité et son environnement en fonction. Ce relevé à la maison « Nazareth » en est un très bon exemple :

- la décomposition au plus élémentaire des tâches à réaliser est un moyen établi par l'ergothérapeute pour s'adapter au trouble cognitif de la personne démente. Les tâches sont distribuées les unes après les autres pour réduire au minimum le nombre d'informations reçues en même temps ;

- le jardinage est utilisé comme moyen pour faire ressurgir des souvenirs d'enfance, notamment grâce à la stimulation sensorielle qu'il induit, l'odeur et la température de la terre, le toucher et le type de plante cultivée, l'odeur des fleurs... ;

- le contact direct avec une plante qui est soumise au rythme des saisons est un moyen concret pour orienter la personne dans le temps et faire appel à ses souvenirs...

L'individu peut se développer dans l'activité en toute sécurité car il sait qu'il est compris, qu'on ne lui demandera pas trop.

D'un point de vue moteur, choisir ce mode de culture est très significatif par rapport au public. En effet, la personne mobilise son corps mais raisonnablement : remplir des petits contenants avec de la terre souple (terreau) impose moins de force musculaire et requiert des mouvements de petites amplitudes. L'ergothérapeute adapte l'activité à la fatigue, très présente chez le sujet âgé. De plus, ce travail physique participe aussi à la diminution de l'agitation par la concentration qu'il impose. Ainsi, nous pourrions espérer grâce au jardinage, **diminuer la médication du sujet âgé surtout par rapport aux sédatifs prescrits.**

D'un point de vue symbolique, le jardinage est très significatif pour la personne âgée car il impose de la douceur et de la tendresse par rapport aux plantes. Le résident s'occupe d'elles pour qu'elles restent en bonne santé, mais **inconsciemment il s'occupe aussi de lui et de sa propre santé**. De plus, il se sent utile comme quand il devait s'occuper de sa propre famille. L'activité jardinage offre un rôle similaire au passé de la personne âgée, c'est donc aussi un **moyen de renforcer un sentiment de sécurité au sein de l'activité**. Le choix de cultiver des plantes ornementales dans une maison de repos en ville, a beaucoup de sens :

- le sujet âgé est très sensible au beau, qu'il prendra régulièrement plaisir à voir ces belles plantes dans les couloirs de l'institution ;
- ces plantes rendent les locaux plus chaleureux, plus conviviaux et elles permettent de créer un environnement proche de celui que la personne avait à son domicile.

J'ai découvert le rôle des plantes ornementales dans une maison de repos : elles donnent chaque jour un message de bienvenue à la personne.

L'envie d'esthétique a beaucoup de sens pour ces résidents, la majorité citadins. En effet, le cadre de vie naturel que l'on retrouve en ville se caractérise par des parcs, des ronds-points décorés et rares sont les espaces destinés à la culture potagère. Si la maison était à la campagne le jardin potager aurait aussi beaucoup de sens.

Toutefois, l'utilisation de la cuillère pour remplir la terre dans les pots est une bonne solution d'un point de vue pratique. Mais les résidents désorientés ne comprennent pas toujours que les cuillères ont dans ce cas une autre fonction que celle de manger. Parfois, l'ergothérapeute retrouve les résidents en train de manger la terre ! Je pense qu'il est donc nécessaire d'acheter des outils adaptés aux personnes et au mode de culture comme des outils de jardin pour enfants.

Finalement, à l'institut « Nazareth », j'ai compris comment il était possible de mobiliser une personne âgée qu'on penserait apathique dû à son grand âge par l'utilisation du média « jardinage ». Je n'ai pas eu la possibilité de réaliser d'autres visites dans ce domaine, pourtant dans certains articles, j'ai découvert que le jardinage était utilisé à l'extérieur avec des bacs surélevés, lors de rencontres intergénérationnelles...

Domaine de la psychiatrie

Mon expérience dans le domaine de la psychiatrie est particulièrement originale. Au départ, je m'attendais à une certaine structure par rapport au domaine d'application. J'ai découvert pendant mon stage qu'il ne s'agissait pas uniquement d'utiliser le jardinage comme moyen thérapeutique. C'est avant tout une approche sociale, relationnelle à travers différentes tâches qui se déroulent la majorité du temps à l'extérieur. J'ai eu l'occasion de construire avec eux des bacs de jardin surélevés avec des palettes en bois sur le site de l'hôpital du « Beau Vallon », de réaliser un mur en pierre sèche, de tamiser de la terre avec les patients... Dans ce centre, il n'y avait pas d'ergothérapeute. J'ai donc eu l'occasion de relever par moi-même le sens de mon intervention. Je pense que le rôle principal de l'ergothérapeute est d'**offrir les conditions optimales pour la**

résolution de problèmes et la gestion de soi. De plus, je trouve qu'un travail d'équipe transdisciplinaire est très efficace dans ce type d'approche. En effet, l'aspect non institutionnalisé de ce centre implique aussi pour les professionnels de s'intégrer complètement dans la dynamique du groupe sans devoir s'arrêter à leurs compétences particulières. Le statut de soignant n'est pas directement observable car l'équipe vise à casser le cercle vicieux lié à l'alcoolisme notamment grâce à un mode de vie au plus proche de ce qu'on pourrait retrouver chez soi.

J'ai pu relever les conséquences positives d'une activité non institutionnalisée dans le domaine de la psychiatrie, surtout par rapport à la relation thérapeutique. Cette approche est très significative pour les participants. Le fait que le thérapeute considère la personne non comme un patient mais plutôt comme un compagnon de projet offre **un climat de confiance favorable à l'ouverture de soi.**

A travers ce stage, j'ai découvert une lacune dans ma démarche de recherche : je n'ai relevé que le point de vue et les attentes du soignant. Je pense qu'il serait aussi intéressant dans la mesure du possible, d'interroger les individus concernés par l'activité. C'est pourquoi, j'ai eu le plaisir par la suite, de découvrir le ressenti des participants encore hospitalisés au « Beau Vallon ». Ils pensent tous que leur attitude est différente des patients à leur arrivée à l'hôpital. Ils sont contents de leur journée, ils ont pris l'air et se sont sentis utiles, ils ont des projets pour le lendemain... J'ai appris aussi que **leur médication a été diminuée** depuis qu'ils passent leur journée à la maison des Pèlerins. Je pense que cette approche reste spécifique à des pathologies liées à un trouble d'addiction et c'est sûrement une des raisons pour laquelle l'activité se déroule bien. J'imagine que pour certaines pathologies psychologiques non stabilisées cette démarche ne serait pas adaptée (schizophrénie, hystérie...). Il serait indispensable pour certains d'imposer une certaine structure. J'ai appris qu'une expérience de jardinage thérapeutique dans le domaine de la psychiatrie en milieu hospitalier, au « Beau Vallon », va bientôt se réaliser avec les bacs construits par les membres de la maison des Pèlerins. Je trouve qu'il serait intéressant de comparer ces deux approches.

Domaine de la pédiatrie

Je n'ai pas eu l'occasion de vivre une expérience de stage dans ce domaine et je n'ai pas trouvé beaucoup d'information à ce sujet, ni dans la littérature ni dans mes recherches de terrain. Seule l'expérience d'Anne Ribes avec des enfants autistes relève des effets thérapeutiques. Je trouve que son approche est originale, philosophique plutôt que médicale. Il me semble maintenant que le jardinage est un bon intermédiaire pour permettre à l'enfant autiste de **s'ouvrir vers un autre monde que le sien.** Le jardin le confronte inconsciemment à sa propre situation, je l'ai déjà précisé, c'est un lieu rempli de symboles. Il accompagne l'enfant en douceur dans la réalité de sa situation. Par exemple, quand l'enfant s'occupe d'une plante malade, il est amené à lui mettre un tuteur pour qu'elle puisse mieux grandir. L'enfant semble trouver un environnement qui lui

convient : sécurisant, paisible et serein. Le jardin communique en silence, il permet à l'enfant de **découvrir le monde naturel** dans lequel il est né. C'est une expérience qui va lui permettre de **trouver des mots par rapport à sa propre situation** (porter un appareillage, hospitalisation, maladie...). Ainsi, il pourra mieux se connaître et s'accepter. De plus, le jardinage est une source d'apprentissage pour l'enfant, il apprend à bien se conduire avec la Nature tout comme il doit partager ses légumes et ses graines avec les animaux de la Nature⁸⁹. L'objectif à long terme et qu'il puisse entrer en relation avec d'autres enfants. Le rôle de l'ergothérapeute dans ce domaine est d'**offrir les conditions optimales pour que l'enfant puisse explorer son environnement**. Le jardinage est un outil très intéressant et les effets recherchés sont très spécifiques par rapport à la population concernée : la communication, le partage, l'échange, la découverte, la notion d'action/réaction, l'organisation de l'espace...

Domaine du divers

J'ai découvert qu'il existait de nombreuses façons d'utiliser le jardinage. C'est la raison pour laquelle, je pense, qu'on le retrouve dans diverses structures psychosociales. J'ai été assez surprise de ma visite à la ferme "Nos Pilifs" car je m'attendais à une approche beaucoup plus thérapeutique. Finalement, je ne connaissais pas suffisamment le domaine des entreprises adaptées. J'ai compris pourquoi il était important de ne pas considérer les employés comme des handicapés. C'est la raison pour laquelle, je pense, qu'il n'y a seulement qu'un paramédical dans l'entreprise. Il est indispensable pour eux que la personne ne soit pas stigmatisée. En effet, j'ai relevé dans plusieurs rencontres l'importance de ne pas stigmatiser l'handicap, revient cette idée d'inclusion, terme utilisé de plus en plus par la politique sociale. Le jardinage est aussi employé pour **permettre aux personnes de sortir de l'institution**, de voir du monde à l'extérieur, de se confronter progressivement au regard des autres. Finalement, quand je regarde d'un point de vue historique et sociologique l'approche du jardinage, à notre époque, je pense que son utilisation est un moyen efficace pour **solliciter les relations sociales**.

Mes expériences personnelles font que je ne suis pas étonnée de constater que les effets recherchés dans ce domaine puissent apporter une identité à la personne. J'ai eu le plaisir de visiter le jardin didactique de Nature et Progrès accompagnée par Christian Badot, bénévole. Il m'a transmis cette idée d'un jardin comme lieu d'accueil et de mixité sociale. Pour lui qui est aveugle depuis l'âge de 25 ans, le jardinage lui a donné une identité sociale. Il lui a permis d'**accepter un peu mieux sa situation**. Il arrive, comme l'expérience à L'escale, que l'activité ne continue pas après le départ de son instigateur. Lors de ma visite à Maule, j'ai rencontré de nombreuses personnes passionnées de jardinage, de Nature et ayant l'envie de partager leurs expériences. Je m'imaginai recevoir de nombreux emails pour me demander des conseils d'ergothérapeute par rapport à leurs projets, je pensais qu'ils allaient tous répondre à mon

89 Principe de la biodiversité.

questionnaire. Finalement, j'ai compris qu'il ne suffisait pas uniquement de croire et se projeter, il fallait aussi s'investir et adhérer au projet.

Ce travail m'a aussi permis d'envisager une approche thérapeutique très spécifique aux compétences de l'ergothérapeute : je pense que les caractéristiques des plantes peuvent être utilisées pour **entraîner certaines capacités cognitives** :

- le temps de pousse peut permettre à l'ergothérapeute de stimuler les capacités de patience et/ ou d'investissement de la personne. C'est un critère qui peut être intéressant dans le domaine de la psychiatrie par exemple. Pour une personne dépressive, utiliser des plantes à pousse rapide est un bon début pour l'encourager ;
- les soins particuliers à apporter, association de plante (ex : les tomates n'aiment pas avoir de l'eau sur elles → stimule la mémoire), l'anticipation, l'organisation séquentielle, la planification. L'ergothérapeute pourrait utiliser ce critère pour évaluer les fonctions exécutives d'un patient hospitalisé en neurologie dans le cas de la chorée de Huntington, du syndrome de Korsakoff ou de cérébro-lésés, par exemple ;
- la distance à respecter entre les deux plantes sollicite la planification, le calcul, l'organisation, la gestion de l'espace et des saisons (période de fleuraison), la gestion de problèmes. L'ergothérapeute pourrait utiliser ces critères pour aider un adolescent en difficulté à s'organiser par exemple.

Pour conclure, les limites méthodologiques ne sont pas toujours évidentes à prévoir. Il est donc essentiel de pouvoir rebondir et trouver d'autres solutions compensatrices et de s'adapter à la situation de terrain. C'est pour cela qu'il est primordial de garder en tête les raisons de notre investigation.

6 CONCLUSION

J'ai choisi de cibler mon travail sur un relevé d'expériences pour répondre à ma question : Quelles sont les effets thérapeutiques de l'activité jardinage dans les divers domaines de soin, quelle est la place de l'ergothérapeute dans ces domaines particuliers? Mes expériences, mes rencontres, mes visites et mes recherches théoriques m'ont permis de confirmer qu'il existait bien des effets thérapeutiques spécifiques à chaque domaine de soin. Avec du recul, il est évident, que l'activité sera abordée d'une façon différente selon la population et les pathologies qui leurs sont assimilées. A ce jour, je n'aborderai sûrement pas mon travail de la même manière, tant mes recherches et mes expériences m'ont permis de me construire tout au long de ce travail. Lorsque je jardine avec mes patients, je vis cette activité d'une autre manière, mes idées sont plus structurées, mes actes semblent avoir plus de sens à mes yeux.

Je me suis questionnée sur les effets thérapeutiques que pouvaient apporter le jardinage, j'avais surtout envie de voir comment je pouvais en tant qu'ergothérapeute animer cette activité. J'utiliserai ce média avec l'envie de faire voyager mes patients dans un espace moins institutionnalisé, dans un monde naturel synonyme de béatitude. J'ai envie qu'ils puissent vivre une expérience magique que seule la Nature peut nous offrir : la vie.

Je pense que ce travail permettra aux non-initiés de comprendre ce qu'est l'ergothérapie et comment peut-on utiliser le jardinage dans un accompagnement thérapeutique.

Pour ceux qui utilisent déjà ce média dans leur quotidien, j'espère que ce travail vous ouvrira d'autres portes de réflexions. La relation que peut entretenir un Homme avec la Nature et les symboles qu'elle représente ne peuvent être négligés dans un contexte médicalisé.

Cet investissement d'une année, m'a permis de rencontrer des personnes avec des idées très similaires à celle mon projet de ferme autonome à visée thérapeutique. A présent, ils me disent qu'ils comprennent mieux la place de l'ergothérapeute dans notre société. J'ai choisi volontairement de réaliser un relevé d'expériences dans différents secteurs d'application afin de mettre en place une base pour d'autres sujets d'investigation.

Peut-être seront-ils plus spécifiques à un type de population ?

7 ANNEXE

Questionnaire

I-Présentation de la personne qui remplit le document

Nom :

Prénom :

Mail :

Tél :

Profession :

Secteur de travail :

II-Analyse structurelle de l'activité

1) Population :

2) Lieu:

Intérieur

Extérieur

Autres :

3) Type d'activité

Activité individuelle

Activité en groupe (précisez le nombre de participant) :

4) Intervenants dans l'activité :

Ergothérapeute

Éducateur

Infirmière

Autres :

5) Équipement :

Mobilier :

Outils :

6) Organisation temporelle

Horaire :

Fréquence :

Durée :

7) Types de plantes cultivées

Florales

Aromatiques

Potagères

Autres :

8) Mode de culture

III-Analyse clinique de l'activité

1) Avant d'animer cette activité, quel intérêt portiez-vous personnellement pour le jardinage?

Pouvez-vous justifier votre réponse?

2) Pour quelles raisons avez-vous choisi d'intégrer une activité jardinage dans votre lieu de travail ?

3) Quels sont, selon vous, les motivations qui pousseraient les personnes à jardiner?

- Plaisir du beau, esthétique...
- se détendre
- Cultiver ses propres légumes / fruits
- Se ressourcer, passion pour la Nature et le jardin
- Alimentation plus saine
- Échanges sociaux (partage de méthode, conseils, discussions...)
- Par habitude
- Pour se dépenser physiquement
- Autres :

4) Quelle est la finalité du jardin dans votre cadre d'application ?

- Esthétique
- Consommation des produits
- Transformation des produits :

- Vente des produits pour :
 - investir dans du nouveau matériel
 - créer d'autres structures
 - gestion d'une entreprise
- Projet :
- Autres :

5) Quels sont vos «objectifs» thérapeutiques dans votre domaines d'application ?

- Procurer du plaisir
- (R) éveiller un centre d'intérêt
- Favoriser la socialisation
- Maintenir un contact avec le monde extérieur
- Donner des moyens à la personne pour se détendre
- Stimuler les sens
- Cadrer dans la réalité et le quotidien
- Favoriser la réinsertion dans une structure professionnelle
- Favoriser la mobilité
- Autres:

6) Quelles sont les aptitudes indispensables et prioritaires requissent pour pouvoir réaliser votre activité jardin? Pouvez-vous préciser votre choix?

- Aptitudes motrices :

- Aptitudes reliées aux sens et à la perception :

- Aptitudes reliées aux activités intellectuelles :

- Aptitudes comportementales :

Autres :

7) Avez-vous rencontré des dysfonctionnements concernant votre population entraînant une limite et/ou difficulté pour réaliser l'activité ?

Exemple : un stade avancé de démence limite la réalisation de l'activité au niveau comportemental.

Si oui, pouvez-vous précisez votre réponse?

Au niveau physique

Au niveau social et/ou comportemental

Au niveau cognitif

Autres :

8) Quelles ont été les modifications d'un point de vue organisationnel, apportées pour réduire les limites et/ou difficultés rencontrées ? Pouvez-vous les expliquer ?

Préparation préalable de l'activité

Choix du mode de culture

Intervenants

Fréquence

Horaire

Fréquence d'intervention du professionnel

Autres:

9) Quelles sont les adaptations et/ou aides techniques que vous avez dû réaliser pour permettre à la population de pratiquer le jardinage ? Pouvez-vous les expliquer ?

Outils :

Mobilier :

Accès au lieu :

Autres :

10) Quels sont les principales répercussions de l'activité sur votre population ?
Pouvez-vous les expliquer ?

Sociales :

Motrices :

Comportementales :

Psychologiques :

11) Les effets de l'activité sont-ils visibles sur les personnes ?
Si oui, qu'elles sont vos critères d'observation ? Quels sont les effets constatés ?

12) Utilisez-vous un document d'évaluation de l'activité ?
Si oui, lequel ?

13) Pouvez-vous me le transmettre?

Oui

Non

8 BIBLIOGRAPHIE

8.1 SITE INTERNET

ASSOCIATION LES JARDINIERS DE FRANCE

consulté le 10/03/11, [en ligne]

http://www.jardiniersdefrance.com/fr/qui_sommes_nous/action2.asp. s.d.

BRULE.M, « Viv'harmonie »

consulté le 15/03/11, [en ligne]

<http://www.hortitherapie.com/index.html>. s.d.

DENDIEN.J, Académie française, analyse et traitement informatique de la langue française, neuvième édition version informatisée,

consulté le 6/01/11,

<http://atilf.atilf.fr/dendien/scripts/generic/resee.exe?31;s=3910577745;r=1,n=2>, s.d.

DUMAS.F, « origine et fondements de l'hortithérapie »

consulté le 1/04/11

<http://www.niwaki-et-niwashi.com/blog/2011/03/14/origine-et-fondements-de-lhortitherapie/>, s.d.

GAMAH ASBL, « Gamah en visite chez Nature et Progrès », le 21/09/09

consulté le 10 avril 2011, [en ligne]

<http://www.gamah.be/documentation/dossiers-thematiques/espaces-verts/gamah-en-visite-chez-Nature-et-progres>. s.d

GRIMAL. P, LEVY. M. « Jardin, De l'Antiquité aux Lumières », l'art des jardins de Rome, in Encyclopédie Universalis,

consulté le 9/01/11

<http://www.universalis.fr/encyclopedie/jardins-de-l-antiquite-aux-lumieres/>

GUERET.S, dirigeant, « Formavert »

consulté le 5/02/10, [en ligne]

<http://www.formavert.com/nous.html>. s.d.

JARDIN ET SANTE

consulté le 2/03/11, [en ligne]

<http://www.jardins-sante.org/>. s.d.

LA CITE DE LA SANTE, "définition du mot soignant"

consulté le 24/04/2011, [en ligne]

<http://www.universcience.fr/cs/Satellite?c=QuestionReponse&cid=1195227373939&p=1195218448210&pagename=Portail%2FMED%2FPortailLayout&pid=1195218048360&t=Detail>.s.d.

PHARE, personne handicapée autonomie recherchée,

consulté le 5/05/11, [en ligne]

<http://www.phare-irisnet.be/accueil/>. s.d.

RESEAU DES JARDINS SOLIDAIRES MEDITERANEEN

consulté le 27 avril 2011, [en ligne]

<http://www.reseaujsm.org/>. Dernière mise à jour 2mai 2011.

8.2 ARTICLES ÉLECTRONIQUES

ASSOCIATION QUEBÉCOISE POUR LA READAPTATION PSYCHOSOCIALE,
 « *Le partenaire* », vol 13, n°1, Hiver 2006, p16, téléchargeable sur
www.aqrpsm.org/partenaire/publications/2006/v13n1.pdf

BELLAICHE.F,

« *Benjamin RUSH vu par Thomas SZASZ* », in *Psythère*, revue de psychiatrie,
 publié le 9/11/05, consulté le 26/03/11
http://psythere.free.fr/article.php?id_article=40. p1

BOUTEILLER.C,

« *L'art des jardins de l'antiquité à nos jours* »,
 consulté le 10 avril 2011,
http://www.chateauquierzy.org/index.php?fonction=page&page_id=13. s.d.

**CENTRE DE RÉFLEXION INDÉPENDANT CANADIEN SUR L'AGROALIMENTAIRE :
 GEORGES MORRIS CENTRE,**

« *Revue de la littérature sur les bienfaits de l'horticulture ornementale sur la santé et
 l'environnement* », [PDF],
www.education-Nature.qc.ca/.../bienfaits_horticulture_fihoq_07.pdf. 37p
www.education-Nature.qc.ca/.../bienfaits_horticulture_fihoq_07.pdf. 76p.

CEREZUELLE et l'association LES JARDINS D'AUJOURD'HUI,

« *Jardinage et développement social, du bon usage du jardinage comme outil d'insertion sociale
 et de prévention de l'exclusion, méthodologie* »,
 consulté le 10 avril 2011, [PDF], 61p.
<http://pro.nordnet.fr/jardinons/telechargement-jtse/jardins.pdf>.

CHOMARAT-RUIZ.C, « Jardins, esthétique et philosophie »
 Encyclopédie Universalis, s.d.

CUPPA,

« *Centre universitaire de perfectionnement en psychologie appliquée* »,
 consulté le 15/03/11, [en ligne],
http://sfc.univ-tlse2.fr/21659914/0/fiche_pagelibre/&RH=1262701138054. s.d.

GINESTE MARESCOTTI,

« *Philosophie des soins : qu'est-ce qu'être soignant? La philosophie de l'humanité* »,
 consulté le 21 avril 2011, [en ligne], 6p.
 article disponible sur « Communication étude corporelle : CEC »,
<http://cec-formation.net/pagesperso-orange.fr/index.htm>.

GORDON.D,

« *Conte et métaphores thérapeutiques* », in institut ressource asbl,
 consulté le 7/03/11, [en ligne],
http://www.ressources.be/livres/contes_et_metaphores_therapeutiques. s.d.

GUITARD.P,

« *L'apprentissage expérientiel et l'ergothérapie: compatibilité théorique et pratique* »,
 revue canadienne d'ergothérapie, volume 63, n°4,

téléchargeable sur : www.caot.ca. p1

HAMMOND.B,

« *La biodanza et les 4 éléments* » in le journal du naturel, le 1 mars 2007, consulté le 7/03/11, [en ligne], p1, <http://www.journalदनaturel.com/la-biodanza-et-les-4-elements.html.mise> à jour régulière.

INSTITUTS GINESTE MARESCOTTI,

« *Philosophie de soin de l'humanité et méthodologie de soin Gineste Marescottii* », consulté le 4/4/11, [en ligne], p1, <http://www.igm-formation.net/>. site développé par Medialis, s.d.

MURAMATSU.K,

« *Politique de santé des personnes âgées et jardinage , expérience de la ville de Toyota (Japon)* » in « Les jardins à but thérapeutiques dans le contexte hospitalier et para hospitalier » consulté le 27/03/11,[PDF], p13, <http://orbi.ulg.ac.be/bitstream/2268/62702/1/Article%20JSBT%20KMuramatsu.pdf>.

SNHF, Société Nationale d'horticulture de France,

« *Jardiner, c'est bon pour le moral* », 1p, le 17 avril 2009, consulté le 6 juillet 2010, [en ligne], p1, <http://mag.plantes-et-jardins.com/actus-dossiers/dossiers/jardiner-c-est-bon-pour-le-moral-snhf>.

SOCIETE NATIONALE D'HORTICULTURE DE FRANCE (SHNP),

revue Jardin de France, consulté le 2mars 2010, [en ligne] www.plantes-et-jardins.com/magazine/dossier, le 28/10/2008.

VOIR ENSEMBLE,

« *Cultiver son jardin par Suzanne Ménézo* », consulté le 3/03/10, [en ligne],3p, http://www.voirensemble.asso.fr/article.php3?id_article=429.

8.3 LIVRES

BADOT.C,

« Jardintégration, un rêve devenu réalité », Nature et progrès Belgique, impr. 2009, hors-série, p94.

CIFALI.M, ANDRE.A,

« Écrire l'expérience - Vers la reconnaissance des pratiques professionnelles », Paris, PUF, 2007, p44-45.

DELWICHE.P,

« Du potager de survie au jardin solidaire, Approche sociologique et historique » Nature et Progrès, Belgique, p.255.

ESCUDERO.J,

« Hortithérapie spécificité d'une pratique et intérêt thérapeutique » in « *La personne âgée en art-thérapie: de l'expression au lien social* », Paris, L'Harmattan, 2004.

HARISSON.A,

« L'horticothérapie, vers une éducation multidimensionnelle » in « Éducateur technique spécialisé, quels fonctions? »
Empan, 06/2002, n° 46, p. 85-87.

LAROUSSE,

« Jardin du débutant », Larousse 2009, p73.

MOREL BRACQ.MC,

« Modèles conceptuels en ergothérapie : introduction aux concepts fondamentaux »
Marseille, Solal, 2009, 174p

MUTIS.M,

« Espace intérieur et espace extérieur », dans « Ergothérapie en psychiatrie de la souffrance psychique à la réadaptation »
Ed.Solal, 2005, p 86.

8.4 ARTICLES**BERTRAND.B,**

« Le carnet des Simples médecines », édition Terran, impr. 2008, p204.

FONDATION DU ROI BAUDOIN,

« Le jardin de Joseph », in "la maison de repos du 21ème siècle, lieu de vie convivial soin inclus » p82.

GUIHENEUF.M,

"Stimulations sensorielles et communication", Ergothérapies, hors série 2005, p 5-19.

LE LAY.B, BRETON.V, GRINER-ABRAHAM.V,

"Quand le jardin est thérapie..." in "Soins Gérontologie", n°69, janvier/février, 2008, pp 14-19.

PIBAROT.I,

« Ergothérapie en psychiatrie; de la souffrance psychique à la réadaptation; de la collection ergothérapies, Marseille (F), Solal, 2005, p236

SUDRES.JL., ROUX.G and co,

« La personne âgée en art-thérapie: de l'expression au lien social », Paris, L'Harmattan, 2004, p270.

VELLAS.P,

"Jardin thérapeutique" in "gérontologie en institution", <http://papidoc.chic-cm.fr/10jardin.html>., 6p.

8.5 ILLUSTRATIONS**ATALUS,**

« Blocs de béton végétalisables »,
<http://www.atalus.com/home/index.php?page=42>., s.d.

HANDICAT

handicap et aides techniques, « Outil de jardinage »,
<http://www.handicat.com>, s.d.

LOGAN.S,

« Gamah en visite chez Nature et progrès »,
<http://www.gamah.be/documentation/dossiers-thematiques/espaces-verts/gamah-en-visite-chez-Nature-et-progres>.

OOGARDEN,

« Outil de jardin »,
<http://www.oogarden.com>, s.d.

OUTIL WOLF,

« outil à main, multi-star »,
<http://www.outils-wolf.com>, s.d.

PAYSAGIS,

« Le jardin classique »,
http://www.paysagis.com/paysagiste_conseil_jardins/jardin_classique.htm.s.d.

ROMANDIE,

« Miss Canthus et Grann Iney »,
<http://misscanthus.romandie.com/archives/3517/200805/page/10>. s.d.

SHPA, Société d'Horticulture du Pays d'Auray,

« Les jardins de Kerusten »,
<http://hortiauray.com/Les-jardins-de-Kerusten>. s.d

8.6 VISITE

NATURE ET PROGRÈS,

« Jardin didactique »
Rue de Dave, 520
5100 JAMBES, Belgique.
Tél. 081 30 36 90 - Fax 081 31 03 06
www.natpro.be.

ASSOCIATION BELLES PLANTES

2 rue d'Agnou
78580 MAULE, France

FORMAVERT

28, traverse Saint Pons
13012 MARSEILLE, France

FERME "NOS PILIFS"

rue Trassersweg , 347
1120 BRUXELLES, Belgique.

LE GRAIN

rue de Chambéry 23
1040

ETTERBEEK,

Bruxelles,

Belgique.

L'objectif de cette recherche consiste à réaliser un relevé des effets thérapeutiques à l'utilisation du jardinage dans le secteur paramédical et psycho-social. A partir d'une expérience personnelle et des recherches dans la littérature, j'ai pu constater que l'activité dans un environnement naturel apporte de nombreux effets sur l'individu. Le jardinage peut structurer une journée, stimuler les sens, offrir une évasion, permettre de se confronter à soi-même. Le jardin est un lieu bénéfique pour le partage, l'échange social, la valorisation, le bien-être physique et moral, etc.

Dans ce travail, je me suis attachée à identifier le rôle de l'ergothérapeute dans cette occupation humaine spécifique à des domaines d'accompagnements différents.

Pour ce faire, j'ai rencontré de nombreuses personnes, j'ai réalisé des stages et élaboré un questionnaire. Chaque expérience est présentée de la même façon. Ainsi, vous aurez le plaisir de vous familiariser avec un type de prise en charge, une institution, des buts et effets recherchés par rapport à un contexte et une population spécifique à un domaine particulier. Grâce à mes compétences d'ergothérapeute, j'ai pu relever les effets thérapeutiques recherchés sur chaque type de population dans un contexte particulier.

Le rôle de l'ergothérapeute est d'utiliser toutes ces particularités de l'activité pour offrir à chaque personne un accompagnement adapté à sa demande.

Dans toute discipline, il y aura des évolutions, le travail de recherche ne s'arrête jamais. L'objectif de celui-ci est d'offrir des pistes de réflexion par rapport à une prise en charge plus proche de la nature. Il existe en effet, des bienfaits thérapeutiques très spécifiques, il reste encore beaucoup à voir sur la manière de les utiliser.