



Trace et Couleurs Mauréлис chemin de St Paul 31380 BAZUS
courriel: lejardinetara@free.fr site internet: <http://lejardinetara.free.fr>

2006

Soin et Prévention

**Résumé d'une communication faite aux journées de Printemps 2002
de la Société Internationale de Psychopathologie de l'Expression et d'Art-Thérapie
par Jocelyne Escudero Directrice de Trace et Couleurs
publiée aux éd. l'Harmattan (ouvrage collectif)**

Voir également le magazine Santé Mentale avril 2000 n° 27 l' article " Cultiver son jardin"

Alors que l'art et sa culture pousse les portes des services de gériatrie pour mieux les ouvrir sur l'extérieur, nos amis francophones du Québec développent avec succès depuis de nombreuses années déjà un type de culture quelque peu différent, c'est celui de la terre.

A travers la pratique de l'Hortithérapie, thérapie par l'horticulture, les personnes âgées de nombreuses institutions, encadrées par un personnel qualifié (hortithérapeute) peuvent se relier aux forces vitales de la création et ainsi éveiller la pulsion de vie.

C'est dans un espace extérieur adapté et simplement aménagé que les personnes âgées peuvent pratiquer une culture qui aide à la mobilisation de nombreuses ressources tant sur le plan physique que psychique. En effet, le jardinage sollicite le corps de la personne âgée dans sa globalité favorisant ainsi l'activité physique, motrice, sensorielle, manuelle, oculaire, tactile, mnésique et organique. Le fait de semer une graine, l'arroser, l'élever, la mater, la soigner, permet de (re)prendre confiance en soi, de se montrer utile, de participer à la vie et de se sentir vivant dans le jardin où se déploient les cycles de l'existence et de la création .

L'Hortithérapie permet au Sujet âgé de s'enraciner dans les forces organisatrices et structurantes de la vie en oeuvre à travers les différents règnes: végétal, minéral, animal et humain.

Véritable matrice maternelle, la Terre Mère permet à la personne âgée de rester reliée à la temporalité et aux cycles de la vie en harmonie avec les éléments, l'espace, les directions, les axes (vertical, horizontal, très importants pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer) , aux mythes créateurs de l'humanité porteurs des cycles de vie-mort-vie.

Enfin, le jardin prend en compte la qualité de l'environnement permettant de rompre l'isolement du Sujet vieillissant.

Parmi les bienfaits recensés de la pratique d'hortithérapie avec les sujets âgés notons:

- l'aide à la compréhension des concepts d'abstraction: changement, temps, mort ...etc ...
- le maintien d'une activité de responsabilisation par l'entretien demandé par les plantes,
- l'augmentation de l'estime de soi,
- le plaisir et la détente des personnes âgées grâce à l'environnement: odeurs, couleurs ...etc...
- l'augmentation ou le maintien de la mémorisation par le travail suivi sur les plantes grâce à une pratique transmise à
- l'aide à la sociabilisation à travers le travail en commun qui favorise les échanges, maintien et crée des liens dynamisants,
- l'intégration des nouveaux arrivants et des personnes de communautés culturelles variées: le jardinage est pratiqué dans tous les pays par toutes les couches de la population,
- le maintien de l'autonomie physique par les petits efforts demandés lors de la pratique, mais aussi lors des déplacements vers l'atelier,
- le maintien ou l'augmentation de la dextérité et de la coordination motrice par les gestes requis pour la pratique.