

**Université Jean Monnet Saint-Etienne**

Mémoire pour le Diplôme Universitaire

« Santé et Jardins, prendre soin par la relation à la nature »

Année 2024



**En vert et contre tous !**

**Manifeste d'un infirmier pour la diffusion de l'hortithérapie.**

**Jérôme PRIBYL**

## REMERCIEMENTS

Merci à toi femme ! Merci pour ton soutien inconditionnel, merci d'avoir su m'écouter dans les moments de doutes, merci d'avoir accepté parfois ma présence physique mais mon absence psychique. Merci d'être à mes côtés en toutes conditions, de croire en moi, m'aimer, me reconforter, me valoriser et m'accompagner au quotidien. Quel que soit le chemin emprunté et la destination, main dans la main c'est ensemble que nous y allons.

Merci à mes deux filles, Zoé et Rose qui me comblent d'amour et ont été force de compréhension dans mon investissement personnel me mettant parfois à l'écart de notre famille. La fierté et le soutien que vous me portez en toute occasion et le plus beau des présents. Papa vous aime !

Merci au docteur Romain POMMIER pour m'avoir montré la voie et changé ma carrière. En reconnaissance je perpétuerai la flamme et m'efforcerai de transmettre le flambeau.

Merci à Arnaud BACHER, tu as été l'étincelle permettant de mener à bien le projet. Ton tempérament, ton implication, ton accompagnement m'ont poussé vers de nouveaux horizons. Tu m'as montré le champ des possibles.

Merci au docteur David MASSON pour avoir donné carte blanche à tout cela.

Merci à toi Kevin BRUNO-GALLO, ton savoir ancestral et ta sagesse immaculée ont éclairé ma lanterne et j'ai évité de peu un ulcère à l'estomac causé par ma rencontre avec EXCEL, que Cthulhu te garde !

Merci Dédée pour m'avoir prêté ton ordinateur et ainsi pallié à mes multiples contraintes techniques.

Merci A tous nos acolytes jardiniers !

King parmi les King, dieu incontesté et incontestable de l'horticulture ! Jean Noel SIMARD, médiateur scientifique au JARDIN BOTANIQUE, mille merci pour tout, ta gentillesse, ta bonne humeur, le savoir transmis et la richesse de ce que tu proposes.

Rémy SAXE responsable pédagogique et du département des publics du JARDIN BOTANIQUE.

Frédéric PAUTZ, directeur des JARDINS BOTANIQUES du grand NANCY et de l'université de Lorraine.

Gérard LORRAIN et Jean VAN BELLEGHEM, nos braves référents des JARDINS CITOYENS ainsi que tous les membres de l'association qui nous ont accueilli et avec qui nous continuerons de partager de bons moments !

Merci   Dominique MOREL du JARDIN des 1000 FLEURS une belle personne aux belles valeurs !

Merci à la régie de quartier de LAXOU.

Merci à la mairie de LAXOU, pour son geste et son soutien, monsieur le maire Laurent GARCIA, David GARLAND adjoint à la culture et l'environnement ainsi que les services techniques de la ville et particulièrement Gerard JACQUOT pour son coup de main et sa gentillesse.

Merci   Gilles PFEIFFER, Antoine BISTORIN, Muriel COLELA, nous l'avons fait ! Les renforts arrivent !

Merci à tant d'autres qui ont su rendre l'aventure possible ! Notamment : « Les croqueurs de pommes », « Des racines et des liens » « Le passeur, aka Dhann Pina » ton intérêt et tes talents d'artiste protéiforme seront à coup sûr de nouveau sollicités !

"La nature est pleine d'invitations et de réponses à nos besoins les plus intimes. Elle nous offre des leçons de patience, de beauté et d'harmonie."

THOREAU, H. D. (1854) Walden ou la vie dans les bois.

## Table des matières

Préface.....	1
Introduction.....	2
A1 Je "panse" donc je suis.....	2
A2 Découverte du concept d'hortithérapie, recontextualisation d'une obsession.....	4
A3 Fatigue professionnelle, désillusions et jeux de pouvoir.....	6
B Conjectures favorisantes pour la mise en place du projet.....	7
B1 Projet initial envisagé.....	8
B2 Détour et nouveaux contours !.....	9
Adaptation aux contraintes rencontrées et nouveau projet.....	9
B3 Etapes de mises en œuvre, de la conception à la réalisation.....	9
B4 Opportunités et obstacles.....	19
B5 Leçons apprises : choix judicieux / erreurs.....	20
B6 Epidémiologie du public accueilli à ce jour sur le projet et bénéfices obtenus.....	25
C Etude sur la représentation de la hiérarchie et des équipes sur l'hortithérapie.....	26
C1 Méthodologie et postulat de départ.....	26
C2 Résultats et analyses.....	28
D Sensibiliser la hiérarchie et les équipes.....	34
D1 Argumentaire en faveur des jardins de soins et de l'hortithérapie.....	34
D2 Stratégie de sensibilisation et de mises en place à envisager.....	35
E Perspectives d'évolution.....	37
E1 Développement futur du projet.....	37
E2 Développement futur de ma pratique professionnelle.....	38
ANNEXES.....	41
BIBLIOGRAPHIE QUI M'INSPIRE ET M'ACCOMPAGNE.....	41
PORTFOLIO.....	50

## Préface

Chère lectrice, cher lecteur, ce mémoire est pour moi bien plus qu'un simple exercice académique, il se veut en toute humilité la résultante de plusieurs années d'espérance, le témoignage du fantasme d'un infirmier qui a eu la chance de pouvoir mettre en application sa vision, son rêve en pratique. Je prends ici le parti pris d'une approche très personnelle.

Voyez cela comme un manifeste en soi. Le désir de diffusion d'une pratique qui, devenant une obsession pour ma part, dans mon envie d'implémentation à l'offre de soin existante s'est mue en une aventure humaine si satisfaisante et riche, en moments de partage, en activité si bénéfique et efficace qu'elle me permet de me réaliser professionnellement depuis bientôt deux ans et d'influer de manière si positive sur les patients participants.

En tant que soignant exerçant en psychiatrie, il m'est toujours paru essentiel de renouveler les propositions de médiations faites aux patients, d'innover, de chercher de nouvelles approches pour améliorer leur bien-être de façon non rébarbative, insufflant une dynamique qui pousse vers un "aller mieux" tout en les fidélisant, leur apportant des outils, des mantras pour aller au-delà du mal être et des difficultés du quotidien vers une forme de relativisation, d'émancipation, de reprise de contrôle sur la maladie et par extension, de leur vie.

Ce mémoire est l'occasion pour moi de retracer le cheminement qui a permis cette mise en pratique de l'hortithérapie au sein de mon hôpital. A la foi carnet de bord, retour sur expérience et je l'espère, objet de diffusion, de confortation motivationnelle ou de découverte pour des professionnels qui rejoindront je l'espère les rangs des fervents partisans de l'hortithérapie. Il est l'expression de 5 années de réflexion, de maturation, d'envie, avant la mise en place effective dans mon activité professionnelle.

De bien grands mots certes, sans aucune prétention, j'espère propager mon enthousiasme de manière humble et éventuellement donner quelques pistes réflexives, de méthodologie pour de futurs acolytes. Une source d'inspiration pour mes collègues soignants, un outil de réflexion pour les décideurs prêt à franchir le cap et accompagner leurs équipes, un message d'espoir pour les patients et divers pratiquants.

L'hortithérapie est une formidable médiation complémentaire, une alternative non médicamenteuse avec une approche sérieuse qui, en France, mérite d'être bien plus reconnue et intégrée dans nos pratiques soignantes avec la légitimité qui lui est due.

Soyons des pierres supplémentaires à cet édifice, militons pour la reconnaissance et la pertinence de l'hortithérapie !

La relation à la nature et la prise en soin via celle-ci est si simple, si belle, si concrète, accessible et bienfaisante, rendons lui hommage, et pour le bien-être de nos patients, il est essentiel de diffuser auprès du plus grand nombre. Alors, que ce témoignage soit l'un des nombreux qui viendront étayer et propager notre conviction je l'espère et dès lors...

Essaimons, essayons, essayons...

## Introduction

### A1 Je "panse" donc je suis.

Je suis infirmier au centre psychothérapique de Nancy depuis 13 ans. Ayant intégré son institut de soin infirmier en amont, voilà 16 ans même que je fais partie de son univers. Le déroulé de ma carrière m'a amené à exercer dans diverses structures et rencontrer divers modes de prises en charges. Je me suis toujours efforcé de développer ma pratique et mes compétences pour répondre au mieux aux nécessités de service, offrir des soins de qualité et acquérir une posture professionnelle rigoureuse et compétente.

J'ai débuté en gérontopsychiatrie, migré vers le travail en détention avec la création des UHSA puis j'ai intégré le département de réhabilitation psychosociale au sein duquel j'exerce depuis 9 ans. J'ai pu y intégrer le CENTRE POST CURE, structure atypique, une grande maison de maître bordée d'un beau jardin en plein cœur de Nancy, accueillant 11 patients, en soin libre, sortant d'hospitalisation plus ou moins longue pour une période charnière avant la reprise d'une vie en autonomie. Nous y travaillons les habilités sociales, l'empowerment, l'insertion sur la cité...J'ai eu une parenthèse à 50%, en parallèle, durant une année dans une structure medico sociale partenaire, le FOYER INTERMEDIAIRE, découvrant d'autres profils, d'autres corps de métiers.

J'ai ensuite intégré l'équipe de réhabilitation ambulatoire, mon objectif de toujours, intervenant au domicile des patients. Voilà 6 ans que j'en fais partie. Un poste qui offre une mobilité importante, beaucoup d'autonomie, une relation privilégiée avec les patients mais surtout une grande liberté d'action. Mais ça, nous y reviendrons par la suite.

J'estime avoir eu la chance de mener mon train de carrière en fonction de mes envies, d'un point de vue méthodique, dans une optique d'évolution constante en termes de compétences à acquérir pour progresser.

Je peux aisément dire que je suis heureux de mon parcours et que j'ai pu m'épanouir professionnellement, rencontré nombre de belles personnes, grandi, mûri dans mes prises en charges, j'ai pu aider des personnes dans le besoin et les voir reconnaissantes, cependant, être soignant peut s'avérer usant. Combien de collègues nous font part de manière cyclique d'un éreintement professionnel ? Du manque de moyens ? Du manque de considération ? De l'âpreté des pathologies psychiatriques, du cycle de rechutes qui peut faire douter du bien fondé de notre façon de procéder, de notre système de soin ?

Qui n'a jamais ressenti une perte de sens dans sa pratique ?

Je n'ai pas honte de dire que ce fut mon cas plusieurs fois. Jusqu'à des moments de déroute. Je me définis bien volontiers comme ayant une personnalité « entière » ce qui dans mon cas est à la fois un avantage et une tare. Je travaille avec mon cœur et mes tripes, pas d'autres termes j'en suis navré. Cela implique que mes valeurs personnelles, mon être, sont pleinement impliqués dans ma pratique, dans tout ce que je peux entreprendre à vrai dire. Je peux tout donner jusqu'à épuisement, sans compter l'implication personnelle, les heures allouées. Je suis un passionné par nature. A contrario cela me pousse à la réflexion permanente, génère une exigence très forte envers moi-même, des remises en question constantes et peut induire une souffrance psychique intense m'interdisant de poursuivre des tâches avec lesquels je suis en désaccord profond.

J'étais en pleine remise en question sur l'avenir de ma carrière, devais-je persévérer, allais-je tenir encore bon ou fallait-il prendre un tournant radical et m'épanouir via un changement de métier ?

La nécessité de remettre du sens et du concret dans mon exercice m'était impérative, vitale, sous peine de décrocher.

L'hortithérapie l'a fait !



## A2 Découverte du concept d'hortithérapie, recontextualisation d'une obsession.

Satisfaisant une soif d'apprendre, je me suis toujours efforcé de mettre à jour mes connaissances, tenté d'apporter de nouveaux outils thérapeutiques et découvrir de nouvelles approches. Ce cheminement m'a amené à passer un diplôme universitaire de psychoéducation à l'université LYON 2 en 2018. La psychoéducation et par extension, l'éducation thérapeutique sont essentielles dans le parcours de soin d'un patient porteur d'une maladie chronique. Ce fut l'occasion pour moi de découvrir des intervenants de l'étranger avec des façons de faire innovantes, de pousser mes conceptions en termes d'animation, de partage de connaissance, de découvrir divers programmes et méthodologies mais une chose, une, m'a bousculé et a généré curiosité, passion et enthousiasme pour moi. Au milieu de divers exposés sur la psychopathologie, déroulé de programmes, témoignages de soignants, un intervenant, un homme, le docteur Romain POMMIER a partagé son expérience, son projet, le sujet d'étude de sa thèse, a fait part de la genèse du JARDIN des MELISSES à l'hôpital de SAINT ETIENNE. Je fus totalement happé par son discours.

Ma sensibilité propre me pousse concrètement à un amour du végétal. Son discours faisait spontanément sens pour moi. D'aussi loin que je me souviens, le sujet d'une de mes premières rédactions au collège était : décrivez votre endroit favori. Facile me dis-je, c'est mon arbre !

Enfant je vivais au milieu des champs et ce grand noyer était mon refuge. Je l'arpentais de long en large à plus de 10 mètres de hauteurs. C'était l'époque des walkmans, j'y ai usé la bande de ma cassette « Natural reggae volume 2 » et celle de « smash » de the Offspring.

Mon livre de chevet était « copain des bois », il jouxtait le « manuel des castors juniors », des alliés précieux dans des méthodes de scoutisme, de découverte du monde végétal, j'explorais avec plaisir la forêt environnante. A cette époque j'envisageais d'être garde forestier. Bref, j'aime la nature, je sais percevoir ses bienfaits, j'ai régulièrement besoin de m'y ressourcer, de pratiquer la randonnée, le bushcraft, je ne pourrais pas vivre loin d'elle. Les études et le travail m'ont poussé à résider en ville, un temps, c'est sans aucune hésitation que nous l'avons fui avec ma femme et nos enfants pour désormais nous épanouir en campagne.

Étais-je susceptible d'être particulièrement sensible au concept de l'hortithérapie ?

Aucun doute !

Dans mon travail, au CENTRE POST CURE, j'ai déjà eu l'occasion d'animer un atelier de jardinage. Sur une parcelle de terre au cœur du jardin, j'avais pu prendre plaisir avec les participants

à faire pousser quelques tomates et autres légumes, des herbes aromatiques...un modeste potager qui permettait le temps de l'activité de mobiliser des patients, les détournant de l'oisiveté, de l'aboulie mais surtout de leurs ruminations. Quel plaisir de partager nos quelques récoltes et d'agrémenter nos repas collectifs au sein du service. Une pratique simple et coutumière en soi. Cependant, ce que le Docteur POMMIER venait partager allait nettement plus loin. Cela a considérablement élargi mon prisme de vision, de réflexion, et commencé à faire bouillonner ma fibre créatrice. Ce qui était exposé-là était la genèse d'un lieu de soin végétal, l'aventure d'une équipe qui a réussi à transfigurer un lieu morne et austère, en l'occurrence une cour d'hôpital en un espace végétal où l'alliance du faire et du beau faisait foi. Le fait d'aborder les réflexions sur les végétaux introduits, sur la recherche de l'impact des couleurs chaudes, froides sur l'humeur des usagers, les stimulations sensorielles variées, le toucher, les senteurs, le travail esthétique, c'était une révolution me dis-je intérieurement !

Moi qui suis si sensible à ce genre de concepts, je n'ai jamais eu la pertinence et l'idée de pousser ces curseurs dans ma pratique, je dois même avouer qu'en terme de soignant, je ne pensais pas cela imaginable au sein d'un hôpital. A vrai dire, je n'avais jamais osé penser en dehors du cadre déjà mis en place. Nous sommes bien souvent pris par la gestion du service en termes d'intendance, par les entretiens infirmiers, à résoudre des conflits internes, à la réalisation de soins sans oublier l'opulent et chronophage aspect administratif de nos fonctions. "La tête dans le guidon" parfois nous ne voyons pas plus loin que le bout de notre nez, oubliant que par une activité simple, nous pouvons apporter énormément aux personnes prises en soin. C'est ce jour, par le discours d'un homme que j'ai découvert le concept d'hortithérapie. Cette révélation fut mon moteur, ma boussole, je devais explorer cette médiation. Dès lors je n'ai cessé de diffuser ce témoignage, le rapportant auprès de mes collègues, l'abordant à chaque évaluation annuelle entre autres auprès de mes responsables hiérarchiques.

Je me devais d'essaimer, essaimer, essaimer...partager mon envie et ma conviction profonde. C'était devenu une motivation vitale pour moi, un objectif qui me poussait à continuer au sein de ma profession.

### A3 Fatigue professionnelle, désillusions et jeux de pouvoir.

A cette époque, j'étais effectivement tiraillé entre la certitude d'être fait pour mon métier mais fatigué, mécontent de l'institutionnalisation de patients, d'une offre de soin parfois terne, peu vivante, surannée. Devais-je considérer une reconversion professionnelle plus en clin avec mes aspirations profondes, mes valeurs propres comme la seule voie salvatrice possible ?

Je me suis accroché à une idée, un rêve, diffuser la notion d'hortithérapie et l'appliquer.

La hiérarchie alors en place n'était pas en résonance avec ce genre de concept. Je ne les blâmais pas. Les hautes sphères ont leurs rouages et leurs adages. Ils priorisaient la remédiation cognitive animée de manière très scolaire, sans grande vulgarisation pour les patients qui n'en tiraient que peu de bénéfices, les programmes fraîchement acquis, appliqués à mon sens à la hâte, de manière automatique. D'un point de vue global, en tant que soignant, ce type de mise en place paraît bien souvent précaire, arbitraire. Cela est beau sur le papier, les statistiques parlent mais l'efficacité n'est que secondaire, parfois, souvent même, les jeux politiques à l'hôpital sont maîtres.

J'ai conscience de l'âpreté de mes propos et je les assume. Cependant ne voyez pas là un réquisitoire à l'encontre de la hiérarchie. C'est un constat, je l'ai observé, tout comme la myriade de soignants que j'ai pu côtoyer également et ce à très grande échelle et de tous coins du pays. Mais ne faisons pas là une généralité. J'ai eu la chance de travailler aux côtés de médecins formidables, de cadres exceptionnels qui avaient à cœur d'offrir le meilleur d'eux même, portaient de grandes ambitions, mais par la force des choses ont été contraints de partager ce point de vue et se résigner. Disons que chacun fait du mieux qu'il peut au niveau de sa sphère d'influence et que parfois il faut faire des concessions, des choix stratégiques régis par le temps, les budgets, l'ambition et les egos jouant parfois en défaveur de l'offre globale.

L'ancienne chefferie tentait d'insuffler une ligne directrice ambiguë au sein d'un management d'une grande verticalité, laissant peu, voir pas de place à la parole des gens de terrain sur le développement de l'offre de soin. Certes c'est une vision assez pessimiste, mais cela est mon ressenti et je peux vous assurer que je ne suis pas un cas isolé. Parfois démuni, en colère, je me devais de lutter et tenir mon cap mais ce qui m'animait devait se terrer dans ma tête comme un idéal qui malheureusement, je le craignais, ne pourrais jamais voir le jour...

Il ne faut jamais cesser de croire et persévérer, car parfois...il y a "un alignement des étoiles"

## B Conjectures favorisantes pour la mise en place du projet.

Ce que j'imaginai comme beaucoup plus tardif eu lieu subitement. Un changement de hiérarchie. Une nouvelle dynamique. En temps et lieu, à cet instant, plus rien ne tournait. Le ronronnement sourd de la routine faisait son office. L'équipe à laquelle j'appartiens a souffert. Parfois maltraitée ou mésestimée. Au sortir de guerres intestines, de clivages entre les agents, de non-adhésion globale au projet de service, avorté d'ailleurs, de querelles harassantes, la période de pandémie de COVID19 n'ayant pas aidé, la perspective d'une nouvelle façon de faire, l'excitation du renouveau, étaient les bienvenus.

La vertu de la parole portée et de la persévérance a payé car, à ma plus grande surprise, après avoir évoqué à de multiples reprises ma découverte de l'hortithérapie, mon attrait pour cette pratique et mon envie de la développer, c'est la nouvelle hiérarchie qui est venue nous solliciter. Un collègue que j'avais sensibilisé au sujet quelques années auparavant s'est investi dans le projet. L'intérêt profond du nouveau cadre supérieur de santé, avait pu être suscité et il allait nous être d'une aide précieuse. Il s'est montré sensible aux notions évoquées voir même un membre moteur du projet, nous accompagnant dans les démarches, nous guidant, nous poussant à aller au-delà de nos perspectives. Nous lui devons énormément.

Il fallait rebâtir, créer une nouvelle offre de soin ! Et c'est par un soutien sans faille de celui-ci, un accompagnement bienveillant et bien venu que nous avons pu mettre en œuvre notre vision. C'est grâce à son appui et sa conviction sans faille que nous avons eu carte blanche de la part du nouveau médecin chef de pôle.

La première étape a été de savoir exprimer ses ambitions, ses envies. Aller au-delà du statut de simples infirmiers exécutants. On ne nous avait malheureusement jamais demandé de réfléchir au-delà de notre rôle propre. Nous n'étions que peu sollicités en termes de réflexion, d'évolution des projets de service. Quel plaisir, quelle découverte de voir le champ des possibles ! Pouvoir se permettre de rendre réel un projet fantasmé depuis tant de temps. Être encouragé à démarcher des partenaires extérieurs, prospecter, tisser des liens...

Ce fut dès lors un renouveau professionnel pour moi, mais surtout, le début d'une BELLE AVENTURE HUMAINE !

## B1 Projet initial envisagé.

À la suite de l'intervention du docteur POMMIER, l'idée du développement d'un jardin thérapeutique au sein de l'hôpital n'avait cessé de me hanter et de mûrir. Après avoir été vivement encouragé par la hiérarchie à nous lancer et croire au bien-fondé de notre projet nous avons exploré notre hôpital. Nous avons cette chance de base que notre établissement soit végétalisé. De prime abord ce sont de beaux massifs bien entretenus par les jardiniers compétents, des arbres qui vous accueillent. Il nous fallait trouver un terrain capable de répondre à nos ambitions. A la fois lieu de pratique horticole, lieu de ressourcement, de contemplation, assez grand, nous avons l'envie de modeler un endroit qui éveille les sens, à destination du plus grand nombre, ouvert aux diverses unités.

On nous a d'emblée proposé le terrain jouxtant le département de réhabilitation psychosociale. En effet, nos bureaux sont installés dans une ancienne unité, à l'étage, bordée d'une grande bande d'espace verts en contrebas, un grand plateau offrant une superficie très intéressante, pouvant être modulé à loisir. Cependant, le pavillon lui faisant face accueille des unités plus sensibles et les chambres d'isolement qui vont de pair. La quiétude de notre potentiel jardin allait se retrouver très régulièrement perturbée par des cris, des insultes de personnes en souffrances. Ce lieu ne correspondait donc pas à la paisibilité escomptée.

Nous avons rapidement jeté notre dévolu sur la maison d'un ancien directeur de l'hôpital, aujourd'hui non exploitée. Une grande bâtisse, à l'écart, entourée d'arbres, au milieu d'un terrain ombragé et paisible où réside actuellement des chèvres responsables de la tonte de la propriété et mobilisées ponctuellement pour l'entretien d'autres parties de l'hôpital. Malheureusement qui dit centre hospitalier dit normes à la hauteur. La maison n'étant plus praticable car endommagée par un dégât des eaux jadis, l'accès nous y est interdit.

Qu'à cela ne tienne, si les murs de l'établissement ne peuvent nous accueillir, c'est sur l'extérieur que nous trouverons notre salut. Après tout le cœur de la réhabilitation, où j'exerce, est l'accompagnement du public suivi hors des murs de l'hôpital, dans une optique de réinsertion.

## B2 Détour et nouveaux contours !

### Adaptation aux contraintes rencontrées et nouveau projet.

De la flexibilité mentale il en a fallu, se saisir d'opportunités non envisagées, de l'offre locale également, partir d'un point A pour arriver finalement à un point C. De fil en aiguille le projet de jardin devenait de plus en plus hybride et intéressant. Nos recherches allaient se tourner vers la cité. Nous l'avions envisagé de base mais comme une suite logique à l'idée initiale et après tout, ce fut une chance.

Pour la nouvelle vision du projet, plusieurs concepts nous paraissaient essentiels et pertinents. D'une part intégrer un jardin existant, ne pas partir de zéro, cela nous permettrait de débiter rapidement l'activité, en parallèle nous rechercherions un terrain à exploiter, partir d'une friche et offrir un lieu d'accueil, un terrain d'expression à nos usagers. Etant de simples jardiniers amateurs, il semblait essentiel de se saisir du savoir-faire de personnes expérimentées. De cette notion a découlé naturellement le désir d'un partage expérientiel tant du côté de nos futurs partenaires qu'avec nos usagers.

Nous avons également décidé de constituer un groupe "pilote" de 6 usagers qui étaient favorables et motivés à une participation sur chaque pan du projet. « Les jardiniers de l'extrême », ce surnom les fait rire mais leur sied si bien. Ce groupe serait moteur et assurerait une participation minimale et régulière lors de la phase test. En effet, l'assiduité et l'implication personnelle de nos patients est souvent précaire. Nous voulions éviter cet écueil en espérant avoir une adhésion rapide et favoriser le développement de l'activité.

Le maître mot du projet était « l'horizontalité ». Idéalement nous allions apprendre tous ensemble, nous imprégner des différentes pratiques et expérimentations pour in fine les mettre en application au sein d'un terrain qui sera notre. Dans l'idée, ce groupe formé allait transmettre aux prochains arrivants et ainsi de suite. Des pairs aidant du jardinage en quelque sorte.

### B3 Etapes de mises en œuvre, de la conception à la réalisation.

Nous avons passé deux bons mois, mon collègue et moi-même à rédiger des fiches projets. La conceptualisation a été chronophage. Peu rompus à ce type d'exercice nous avons heureusement été

aiguillé à minima en termes de méthodologie. Ce qui était clair pour nous a été contraignant à synthétiser sur le papier d'un point de vue organisationnel et symbolique. Les attentes, les bénéfices escomptés sur les personnes prises en charge, les opportunités offertes par une telle entreprise pour l'hôpital, les valeurs qui allaient émaner, être diffusées sur l'extérieur tant de choses devaient être explicitement accessibles à tous pour favoriser l'adhésion et les démarches.

Nous avons bien entendu été confrontés à des moqueries voire une forme de condescendance : « ils vont planter trois orties ça va ! pas besoin d'en faire des caisses... », certaines personnes ne discernaient pas le caractère novateur de notre projet, sa pertinence mais également l'ampleur que cela pourrait prendre. La perception de l'hortithérapie était ainsi parfois sous-estimée, sous cotée, erronée même : « vous allez faire du social, pas du soin... ».

Nous étions alors dans un contexte de lune de miel, d'apaisement au sein de l'équipe soignante, le départ de certaines personnes ayant favorisé ce climat, c'était une période de production. Pour certains d'entre nous ce fut une mise en mouvement libératrice et stimulante, une effervescence créatrice. Pour d'autres, moins favorables au changement, c'était un regard plus acariâtre qu'ils posaient sur nous. Quand bien même, l'euphorie nous poussait de l'avant. (Ils seront invités à tester par la suite, seront conquis et impressionnés).

Il était temps de se lancer, dossier ficelé, peur au ventre mais plein d'espoir, les démarches ont pu commencer.

Sur quelques jours nous avons rencontré les responsables d'un jardin associatif (Les JARDINS CITOYENS), démarché deux mairies, le JARDIN BOTANIQUE de Nancy, des jardineries et commencé ainsi à roder notre argumentaire, qui allait faire des émules !

#### Concernant les JARDINS CITOYENS :

Les Jardins citoyens sont une association (loi 1901) qui prône la transition écologique, l'accès à chacun à une agriculture urbaine et locale dans le respect des règles de la permaculture. Pour ce faire, ils ont investi une friche de 1600m<sup>2</sup> depuis 5ans. Ce terrain sauvage, à l'abandon depuis des dizaines d'années s'est transformé en un écrin de verdure au cœur de la ville. Ils sont situés à Laxou (commune jouxtant Nancy, où se trouve notre établissement).

Une première rencontre s'est vite organisée. Nous y avons exposé nos ambitions, le concept d'hortithérapie, la notion d'inclusion, de déstigmatisation. L'accueil fut bon, cependant la psychiatrie fait peur. Après que les responsables ont eu rapporté notre échange lors d'une assemblée générale il s'est avéré que la moitié de l'association voyait d'un œil méfiant notre arrivé. Allait on perturber leur

tranquillité, concrètement, “les fous allaient ils débarquer ?” Avec toute la bonne volonté du monde, les préjugés, la peur de l’inconnu, la peur de l’autre et de la différence, la mauvaise image de la psychiatrie faisait acte. Mais l’être humain peut se montrer bon et laisser sa chance à autrui.

Une première session allait avoir lieu sur place très prochainement. Premier accompagnement en hortithérapie pour nous, début de l’histoire ! Mais nos usagers allaient-ils se montrer présents ? Allaient-ils être réceptifs ? La cohabitation au sein du jardin allait-elle être harmonieuse ? Tant de questions, mais nous y sommes... LES JARDINS CITOYENS, NOUS VOILA !

Le site est ouvert à tous les adhérents, il prend pleinement vie les Week ends. C’est là que nous intervenons. Pour notre toute première session, je dois avouer que j’avais le trac. Comment tout cela allait s’articuler ?

Pour être clair, ce fut une après-midi exceptionnelle. L’accueil fut chaleureux, l’intégration des usagers immédiate et sans heurt. Un véritable moment de plaisir partagé. Nous allons nous inscrire dans la vie de ce jardin et faire de belles rencontres.

Le jardin est un lieu d’accueil inconditionnel et intergénérationnel. Les profils rencontrés sont riches et variés, de tous horizons. Ce sont principalement des gens du quartier mais également des étudiants, des élèves d’écoles primaires avoisinantes qui viennent dans un cadre pédagogique... Le site accueille régulièrement de nouvelles personnes. De notre côté, nous avons pour coutume de nous présenter tous par nos prénoms, chacun étant identifié par ses capacités, ses connaissances et sa volonté d’agir et non par son statut. Nous trouvons cela riche de sens d’un point de vue déstigmatisation. Il va de soi qu’aux fil des mois certains participants se sont livrés, mais nous étions un tout, tous égaux face au jardin. Lorsque nous amenions de nouvelles personnes, même les responsables de l’association, qui étaient devenu des partenaires privilégiés ne savaient pas parfois s’il s’agissait de nouveaux collègues intégrés à l’activité ou de nouveaux usagers.

Nous profitons ainsi du cadre offert et de leur expertise en la matière. Les applications sur place sont multiples : mixité de population, apprentissage de techniques horticoles, participation à des événements proposés régulièrement, formations spécifiques animées par des intervenants spécialistes mobilisés par l’association.

Nous participons à la vie et l’évolution du jardin, jardinant en moyenne 1h30 puis vient le traditionnel moment de « l’auberge espagnole » où chacun contribue à un moment de gourmandise et de partage.



Notre présence véhicule des valeurs importantes en termes de déstigmatisation, nous nous efforçons de diffuser une vision positive de l'hôpital, il nous arrive de faire de la sensibilisation, de la vulgarisation auprès des membres dont la curiosité est attisée ce qui contribue à casser des clichés concernant la psychiatrie.

Ce partenariat nous a permis de nous faire identifier et inclure dans le microcosme qu'est le monde du jardin, faisant des rencontres de personnes gravitant d'un jardin à un autre, nous ouvrant d'autres voies. Nous avons tissé des liens forts, rencontré beaucoup de gens aux profils divers et partageons cela avec nos usagers. Nous avons pu bénéficier de formations notamment via « les croqueurs de pommes » sur la taille des arbres fruitiers, des ateliers de bouturage, via « Des racines et des liens » nous avons pu être sensibilisé et réaliser une prairie végétale, avoir une formation sur les plantes aquatiques à introduire dans une mare ainsi que diverses journées guidées par leurs précieux conseils.

Les JARDINS CITOYENS sont une association vivante et dynamique. Les liens tissés avec nos participants sont touchants, ils y sont considérés comme des personnes et non comme des patients, ils peuvent goûter à des joies simples, des moments d'humanité. Notre activité ici est très importante d'un point de vue sociabilisation, nos patients sont bien souvent isolés et s'excluent en partie de la société.

Cet engagement mutuel permet le développement des compétences sociales et de communication, l'apprentissage du travail d'équipe, d'interdépendance dans certains cas et d'entraide. Nous attachons une importance particulière aux notions de partage et de convivialité par le biais de moments dédiés.

Nos usagers, qui sont des citoyens, peuvent ici profiter d'une bulle de verdure, s'oxygéner au calme, appréhender l'activité à leur rythme, à leur façon, la contemplation en fait partie.

#### Concernant le JARDIN BOTANIQUE Jean-Marie PELT :

Le JARDIN BOTANIQUE de Nancy est un véritable paradis végétal en ville. Suite à notre requête, le responsable pédagogique du parc a accepté de nous donner notre chance. Le JARDIN BOTANIQUE a pour mission entre autres l'éducation des publics à la botanique, aux sciences liées au végétal et à la préservation de la biodiversité, également la diffusion de la culture scientifique et technique. C'est dans ce cadre que notre projet s'est vu accepter. D'autres partenariats avec des

structures médico-sociales s'étaient soldés par des échecs par le passé. Il nous fallait faire nos preuves.

La première séance a débuté par un accueil chaleureux du responsable pédagogique présentant les diverses missions du Jardin Botanique, leurs valeurs, leurs engagements, traitant de l'aspect recherche universitaire (échanges entre les différents jardins botaniques à travers le monde). Ont suivi des explications concernant les divers thèmes proposés chaque année et intérêts pour notre public, l'historique des plantes d'origine asiatique à travers les âges notamment au travers des différents axes commerciaux des siècles passés et des navigateurs et explorateurs qui ont rendu ces produits accessibles à travers l'Europe.

Nous avons ensuite été confiés aux bons soins d'un des médiateurs scientifiques du jardin pour une visite complète. Véritable encyclopédie vivante, incollable sur l'horticulture, son historique, ses techniques. Jardinier émérite, qui plus est pédagogue et homme aux multiples talents, il s'est instantanément imposé comme un pilier pour nous tous. Dès cette première séance l'alchimie a opéré et est née une collaboration passionnante !

C'est depuis ce jour que nous avons le privilège d'exercer au sein des 25 hectares du lieu.

Un trésor renfermant près de 12 000 espèces de végétaux et offrant 2500 m<sup>2</sup> de serres tropicales !

L'un des aspects intéressants de ce partenariat est l'inclusion de notre groupe sur les événements majeurs proposés par le jardin à visé du grand public. Ainsi, plusieurs fils rouges sont suivis durant l'année. Chaque année un thème phare est choisi pour une grosse exposition. Lors de notre première participation ce thème était l'Asie, présentée sous différents angles et expositions.

Nous avons eu la chance et l'opportunité de prendre une place centrale concernant ce projet, en effet notre groupe a assuré la production intégrale des produits asiatiques, pour l'évènement « l'Asie dans l'assiette ».

Nous avons donc œuvré de la graine à l'assiette, la finalité étant de clôturer cette saison avec l'intervention de chefs cuisiniers qui feront découvrir de nouvelles saveurs exotiques via le travail de nos produits auprès du grand public.

Nous sommes intervenus de la germination des cultures à leur dégustation, sur plusieurs mois au sein de l'évènement dédié. Nous avons participé à la vie du Jardin botanique par le biais d'une activité s'étalant de Mars à Octobre.

Nous avons fait pousser et goûté des produits atypiques, fait des rizières, aménagé des massifs dédiés et ce à destination de milliers de personnes.

L'implication des participants a été exemplaire, leur assiduité également. C'est d'ailleurs là un point clé de l'activité. Les usagers intégrant le groupe savent qu'ils s'engagent sur plusieurs mois, il se doivent d'assurer une présence régulière, ne serait-ce que pour tirer pleinement partie des bénéfices. Le principe de fil rouge est très important.

La bonne entente, l'implication et motivation de l'ensemble du groupe a permis qu'on nous propose d'étendre notre participation en s'inscrivant sur l'événement majeur annuel de « la nuit d'halloween ».

Nous nous sommes appliqués à la plantation d'une cinquantaine de type de courges atypiques pour l'occasion. Avons été impliqués dans la création de diverses scénettes au sein du parc ainsi que de « parcours ludiques » en lien avec le thème afin d'appréhender le jardin sur un autre aspect que la plantation pure. Nous avons pu prendre pleinement part à l'aménagement du site dans une optique festive, conviviale, familiale et participer à son évolution ponctuelle sur un autre plan à savoir l'organisation d'événementiels tous publics.

Cet événement brasse en moyenne environ 4000 visiteurs par an. En termes de responsabilité, d'implication et de valorisation personnelle c'est une réelle plus-value ainsi qu'une grande fierté pour l'ensemble des participants du projet.

Nos usagers se sont vu offrir des places pour la nuit d'halloween, pour certains cela faisait plus d'une dizaine d'année qu'ils n'avaient pas profité de soirée, ce fut un moment exceptionnel et de toute beauté.

Nous avons récupéré plusieurs dizaines de kilos de courges à destination d'une activité « maraudes » fondée par des collègues. Ils ont pu réaliser des litres de soupes pour agrémenter les repas servis aux démunis. Ce fut d'autant plus gratifiant pour les usagers jardiniers, qui, pour certains se sont affairés par la suite à la cuisine et la distribution en ville.

Les ateliers se décomposent en deux temps. Nous jardinons durant 1h30 en moyenne puis prennent place des moments privilégiés : visites détaillées de certaines parties du parc qui entrecourent, complètent et illustrent les différents aspects de l'horticulture comme la dégustation d'agrumes dans l'orangerie, visite guidée des serres tropicales, de la nurserie des plantes tropicales (non accessible au public) des autres sites spécifiques en fonction des saisons comme la période de floraison des lilas, de la roseraie...

Nos participants touchent, goutent, sentent, favorisant un ancrage concret dans le réel, nous faisons constamment des découvertes.

Hormis les divers travaux de jardinage, d'entretien, nous diversifions ponctuellement avec des activités annexes (souvent en lien avec les thèmes des expositions ou typique de la saison) comme la réalisation d'herbiers, de kokedamas (plante contenue dans de la mousse est non un pot), des tataki zome (impression végétale traditionnelle sur tissus ou papier) ....

Les diverses séances permettent l'apprentissage technique par la pratique, animées par un professionnel qualifié et la transmission précieuse de connaissances horticoles agrémentées de parenthèses historiques. Notre médiateur scientifique adapte parfaitement son discours au public accueilli, favorisant l'intérêt et le questionnement des participants ainsi qu'une relation de confiance et d'horizontalité avec les usagers. Il s'avère d'ailleurs être un partenaire ressource dans notre projet global par son expertise, sa grande disponibilité et sa générosité, via des dons de plantes notamment, pour notre terrain ainsi que pour les usagers, de multiples dégustations et ses conseils judicieux.

Nous avons ici la chance de jardiner dans un cadre exceptionnel, avec qui plus est la mise à disposition de matériel horticole professionnel. Toutes les conditions sont réunies pour des cultures abondantes. Nos divers chantiers sont surveillés et entretenus entre les séances ce qui donne un côté magique et gratifiant en termes de résultats.

#### Concernant LES COCONS :

Les COCONS étaient de base le cœur de notre projet, notre jardin.

L'idée était de transposer ici les savoirs et compétences acquises via les deux autres pans du projet.

Notre souhait était de partir d'une friche, travailler en horizontalité avec nos usagers et modeler le terrain, le transformer un lieu refuge, un jardin « outil ». Je sais que cette appellation ne fait pas consensus mais en l'occurrence les applications du jardin imaginées étaient multiples. La surface offerte permet de sectoriser le lieu. Nous imaginions un coin potager en permaculture, du « land art » et divers espaces aux ambiances variées propices à la contemplation, au relâchement, pouvant également être utilisés dans le cadre d'entretiens infirmier, psychologues, pour la pratique de la pleine conscience...

Le concept est inspiré du principe de Jean-Pierre Le Danff :

« le jardin où l'on est / le jardin où l'on fait ».

Ce sont deux approches distinctes mais complémentaires de l'hortithérapie : le jardin où l'on est, qui se concentre sur l'immersion et la relaxation dans un environnement de jardin, et le jardin où l'on fait, qui met l'accent sur les activités pratiques et thérapeutiques de jardinage.

Nous avons des contacts à la communauté urbaine du grand Nancy prêts à intervenir pour construire des structures en bois brut.

Nous imaginions la possibilité d'y pratiquer la médiation animale via des associations dédiées et sur une partie plus isolée nous voulions installer des ruches.

Chacun vient y trouver ce dont il a besoin, soignants comme soignés.

Cette parcelle de 1500 m<sup>2</sup> obtenue gracieusement auprès de la mairie de LAXOU est très proche de l'hôpital ce qui est pratique d'un point de vue logistique.

Accessible via un sentier, en bordure de forêt, surplombant Nancy, le terrain offre un panorama exceptionnel sur la ville en contrebas a son point culminant. Un cadre bucolique, calme, apaisant, entouré d'arbres, il donne, à l'abri des regards, la possibilité de créer un lieu exceptionnel.

Malheureusement, notre présence y est bien moindre que celle espérée. Notre activité ne doit pas impacter notre travail de base, peu de professionnels sont impliqués dans le projet actuellement, ajoutons à cela une année avec des périodes de pluies intenses, des orages violents, les créneaux disponibles pour profiter du lieu étaient denrée rare au grand regret de tous. J'aborderai cela dans la partie traitant des difficultés rencontrées et des erreurs commises.

Nous avons malgré tout passé d'excellents moments sur place. Nous sommes très loin du projet imaginé mais les temps passés sur place restent des moments précieux très intéressants.

Le terrain étant abandonné depuis plus de 50ans il y avait du ménage à faire. Avec les usagers nous nous y sommes affairés, vieux fauteuils et anciens mobiliers en miettes, déchets métalliques divers, bidons d'huile de vidange...restait du fibrociment dans un renforcement.

Le partenariat avec la mairie de LAXOU nous a permis de créer du lien avec les services techniques de la ville. C'est grâce à leur concours que nous avons pu évacuer les derniers vestiges toxiques du terrain. De braves personnes emballées par le projet qui nous invitaient chaudement à les contacter dans l'avenir pour de l'apport d'eau via citerne, de compost...

Des membres des JARDINS CITOYENS sont également volontaires pour mettre la main à la patte et nous porter soutien lors de l'aménagement. Une fois par an, ils organisent en collaboration avec le jardin des 1000 fleurs une journée d'animation, les participants étant amené à voyager d'un jardin à

un autre via les sentiers de LAXOU, nos trois terrains étant très proches nous avons évoqué l'idée de se greffer à l'évènement.

J'avais évoqué le microcosme du monde du jardin, nous y voilà, tous acteurs d'une belle aventure humaine. D'une activité partant de l'hôpital nous avons réussi à nous intégrer à cet univers et créer une alliance unitaire hôpital, patients, droit commun, métropole, tous unis, solidaires et égaux.

Pour ce qui est du développement des COCONS, nous en sommes toujours aux balbutiements, essentiellement par manque de temps et de bras. Mais j'y reviendrai par la suite.

Nous avons pu malgré tout passer plusieurs sessions de défrichage, taille, entretien du terrain, nous l'avons rendu propre et net, les intempéries et notre absence ont fait que la végétation a vite repris ses droits après plusieurs mois d'inactivité. Nous tentons actuellement de solutionner cela. Oh lenteur administrative...quand tu nous tiens. Certaines sessions ont été agrémentées de barbecues (quel plaisir pour les usagers d'apprendre à allumer un feu à l'aide d'une pierre à feu !) nous avons aménagé un petit espace de restauration très pratique à l'aide de palettes. Nous sommes dans l'attente de tables massives en provenance d'une unité de l'hôpital mais des travaux empêchent leur déplacement depuis des mois...

#### PROJET EN L'ETAT.

Il est constitué de trois pans principaux. Les divers sites où nous pratiquons permettent l'acquisition de connaissances bien spécifiques, transposables d'un pan à l'autre du projet. Chaque bénéfice acquis au sein de l'un est interconnecté et complémentaire d'un autre.

Nous répartissons les patients en fonction de leurs attentes et motivation, le niveau de stabilité clinique. Plusieurs usagers interviennent sur l'intégralité du dispositif.

-Activité d'hortithérapie au sein des JARDINS CITOYENS, les samedis après-midi de 14h à 17h lorsque les professionnels impliqués dans le projet sont en poste. Les usagers sont membres de l'association et peuvent s'y rendre seuls à leur convenance, cependant ils sont habitués et rassurés d'être en présence d'un soignant, ce cas de figure s'est donc présenté une ou deux fois et par deux usagers simplement. Une période de pause due à un manque d'effectif au sein de notre service et de situations de suivis complexes a diminué notre participation sur quelques mois. A ce jour nous avons près d'une vingtaine de sessions à notre actif.

-Activité d'hortithérapie au sein du JARDIN BOTANIQUE de NANCY chaque mardi après-midi de 14h à 16h45. Actuellement plus de 55 séances effectives.

-Développement de notre jardin, LES COCONS, pas de temps défini, lorsque cela est possible, en fonction du temps allouable, des volontaires disponibles et du climat...

Nos diverses rencontres et partenariats nous ont également ouvert la possibilité d'intervenir ponctuellement au JARDIN DES 1000 FLEURS, un jardin d'insertion géré par la régie de quartier de LAXOU. Nous pouvons y bénéficier de journées de formations à thème avec des intervenants spécialisés spécifiquement mobilisés comme « Des racines et des liens » cité précédemment, de temps de sensibilisation comme « à la découverte des plantes comestibles » ou d'ateliers ponctuels comme « réalisation de mandala végétaux » entre autres.

Le gros avantage est que les quatre lieux cités sont à proximité de l'hôpital et ce dans un périmètre restreint. Nous ne sommes pas pénalisés par des temps de trajets fastidieux, le lieu le plus éloigné étant à 4 minutes en voiture.

Chacun de ces jardins est vecteur d'une offre différente, d'un cadre distinct et unique, de façons de procéder différentes ainsi que d'opportunités et objectifs thérapeutiques variés.

Nous avons d'autres projets en tête à destination du personnel soignant mais également des patients et leurs familles, mais soyons réalistes et ne nous dispersons pas d'avantage. Il faut raison garder. Tout reste à faire sur notre terrain, nous avons notre rôle de base d'infirmier à assurer en parallèle et le temps n'est pas extensible.

Nous avons amorcé la création d'un « atelier bois », un local nous a été alloué au sein du CATTP DELTA. Souhaitant être labélisé LPO (ligue de protection des oiseaux) pour notre jardin, les COCONS, nous avons imaginé une activité afin de concevoir des cabanes à oiseaux. Le terrain nécessitant du mobilier, nous nous étions rapprochés de l'association « l'ENVOL » qui accueille et accompagne des personnes en situation de handicap ou d'isolement, leur permettant de se reconstruire par le biais de divers chantiers, débarras, qui les amène à collecter une masse incroyable de ressources matérielles. Leur entrepôt est une véritable caverne d'Ali Baba ! Avec des usagers nous sommes partis en camion à plusieurs reprises pour faire un stock de palettes très conséquent, ce partenariat nous assurant une fourniture en bois quasi permanente. Encore par extension, nous avons pour envie d'animer un atelier « low tech » afin que du matériel de récupération renaisse sous une forme utilitaire sur notre terrain. Tout cela ne coûte rien, hormis du temps... Il s'est avéré impensable de mettre cela en application. Pas en l'état.

La plus belle journée de ma carrière fut le mardi 16 mai 2023. Nous avons réussi à mobiliser des usagers sur 7 heures d'activité, de rires et de complicité. La matinée nos services ont été requis pour

porter de l'aide à nos amis du JARDIN des 1000 FLEURS afin de nettoyer et agrémenter leurs carrés d'aromates. A notre grande surprise, un journaliste de l'EST REPUBLICAIN avait été convié pour l'occasion par une de nos partenaire (quel beau cadeau Dominique !) Nous avons tous partagé des sandwiches sur place puis sommes intervenu au JARDIN BOTANIQUE l'après-midi pendant qu'en parallèle un autre groupe restait sur site pour une formation sur les mares. Quelle satisfaction d'avoir pu stimuler de la sorte et faire garder le rythme à nos jardiniers. En fin de journée, des visages sereins, des bâillements signe d'une fatigue saine annonçant un repos réparateur, le sentiment du travail accompli pour tout le monde. Nous avons fini en première page du supplément du journal. Une forme de consécration après seulement quelques mois de mise en œuvre, nous avons pu porter notre projet et véhiculer nos valeurs aux yeux du grand public.

#### B4 Opportunités et obstacles.

Dans le cadre du projet, il est indéniable que les facteurs motivation, chance, bonnes rencontres, cohésion des sensibilités ont porté leurs fruits.

J'ai déjà fait part de l'impulsion et l'implication de notre cadre supérieur de santé ayant un attrait particulier pour l'approche de l'hortithérapie, un autre élément non négligeable a rendu possible la mise en œuvre, la flexibilité offerte par notre poste.

En effet, le fonctionnement de l'équipe de réhabilitation ambulatoire a été revu lors de la période de conception du projet. Là où notre équipe d'une dizaine d'infirmiers s'occupait du suivi d'une centaine de patients, avec un roulement de visites à domiciles préétabli et quasi immuable jusqu'alors, nous sommes passé à un système de référence pour les soignants. Nous nous sommes répartis le plus équitablement les suivis et avons désormais l'opportunité de planifier notre travail à la semaine de manière individuel. Cela offre une grande liberté d'action et permet de se libérer du temps bien plus aisément sans pénaliser les collègues. A titre d'exemple il m'est possible de condenser mes visites à domiciles et rendez vous sur plusieurs jours me libérant des créneaux pour des activités thérapeutiques sur le restant de mon temps de travail. Cela permet également une variable d'adaptation aux contraintes potentielles, j'adapte mes suivis en fonction des jours d'activités. Sans cette liberté, le projet aurait été moins dense et sa mise en place plus laborieuse.



Nous pouvons faire un parallèle entre la nature et la création d'un tel projet. En effet, comme en permaculture où les plantes interagissent de concert pour créer un éco système viable, riche, ici nous avons une masse de paramètres favorables qui se sont unis.

Les opportunités rencontrées au cours de nos démarches, les ressources mises à disposition à la suite des partenariats entrepris, le soutien humain de notre hiérarchie, la liberté offerte par notre fonctionnement de service et par extension la possibilité de se dégager du temps ont travaillé de manière synergique pour créer un environnement propice au développement et à la réussite du projet.

La partie posant le plus problème est notre terrain, les Cocons.

Il m'a rapidement semblé indispensable de créer une association, incluant et responsabilisant les usagers idéalement. Ainsi nous aurions une caisse propre, une identité et pourrions répondre à des appels à projets, mécénats, financements et subventions diverses. Il nous a été demandé de différer cette démarche prise à la dérision dans un premier temps, jugée trop hâtive puis vue d'un œil méfiant, relativement incomprise. Cela nous a coupé de plusieurs opportunités.

En parallèle des choses nous étaients promises, un temps formel dédié au projet, ne serait-ce qu'un local pour stocker le matériel, les semis et plants récupérés, il n'en est rien à ce jour.

### B5 Leçons apprises : choix judicieux / erreurs.

Dans le cadre de l'instauration de ce projet, la première démarche judicieuse fût d'aller outre la lenteur administrative hospitalière, les normes et contraintes imposées par l'hôpital et se tourner vers l'extérieur. Ne trouvant pas de réponse à notre demande nous avons très vite rebondi, trouvé des alternatives ce qui a permis de garder la dynamique initiale, l'envie d'entreprendre. Trop d'attente aurait pu décourager, faire décroître l'intérêt suscité au niveau de la hiérarchie et faire périlcliter le projet très vite.

Comme déjà cité, la faisabilité du projet a été conjecturelle. Plusieurs facteurs favorisants ont été réunis ce qui fut une grâce inespérée, rendant la vision et l'envie de base effectives.

Mais cette aventure est également une histoire de paradoxes.

Un rêve, mué par une volonté sans bornes de le réaliser s'est parfois, malgré un sentiment d'accomplissement des plus gratifiant et engageant, transformé en fardeau.

La pratique de l'hortithérapie est salvatrice et bienfaitrice pour tout participant, tant pour un usager que pour le soignant qui va animer et accompagner. Tous vont en tirer profit et ressentir les bénéfices de la séance. Ils sont réels, immédiats, palpables. Mais derrière cette richesse vivifiante et salvatrice se cache malheureusement parfois pour le porteur de projet la réalité d'une activité lourde à maintenir, d'un point de vue énergivore, logistique, méthodologique, institutionnelle. Demandant un investissement personnel conséquent, de la ténacité, de l'abnégation, du dévouement, les déceptions n'en sont que plus douloureuses et exacerbées.

Pour ma part, je dois reconnaître que mon implication personnelle m'a fait ramener beaucoup de travail à la maison, générée des ruminations, de l'anxiété. Il a été monnaie courante de faire des heures supplémentaires pour que les usagers puissent profiter de moments privilégiés, ne pas stopper un temps clef de l'activité sous prétexte que mes horaires de travail coupe court, de passer du temps le soir à échanger par téléphone, par mails avec les partenaires pour développer l'offre, créer du lien, s'affairer à l'articulation des séances à venir, d'évènements à organiser, m'assurer même lors de mes jours de repos ou congés du bon fonctionnement de l'activité, gérer des choses à distance. C'est mon choix, certes, mais ce genre de projet génère une partie organisationnelle chronophage non négligeable et nécessite une implication intense. Je me suis souvent senti bien seul, à me démener sous le poids de la tâche.

Le projet est indéniablement trop grand pour les membres actifs. Nous avons débuté à 2.

Rappelez-vous le contexte au niveau professionnel dans notre service, aux prémices de l'aventure. Une équipe usée, clivée. Un changement de chefs. Une émulation et une moitié de soignants atteinte de fièvre créative. Eh bien dans ce contexte, alors qu'il nous était demandé à tous de nous impliquer et d'être référents d'activités, d'être force de propositions, certains ont voulu opter pour la facilité. Tentant de se greffer sur notre projet qui faisait alors office de vitrine, mis sur un piédestal, je dois avouer que nous nous sommes montrés exclusifs mon collègue et moi-même... dévoués à une vision, une façon de faire, un type d'approche, c'est donc sans scrupule que nous avons décliné l'intégration de certaines personnes qui ne nous semblaient pas correspondre à la façon d'animer, dont le contact avec les patients ou les partenaires n'allait pas de pair avec le feeling que nous voulions infuser et qui de plus n'avaient jamais manifesté d'intérêt particulier pour le sujet par le passé. Cela peut paraître dédaigneux, hautain, mais je peux vous assurer que lorsque vous avez la chance de concrétiser le projet dont vous rêvez, au-delà même de vos espérances, s'entourer de manière sélective est bien légitime. Un sentiment de filiation intense envers le projet n'a fait que conforter ce choix. D'un point de vue relationnel en début de partenariat cela a payé ses fruits. A contrario, il est clair qu'un manque

d'effectif soignant implique plus de travail personnel et un rendement bien moindre, notamment pour notre terrain.

Par la suite, deux collègues fraîchement embauchés et totalement en accord avec la philosophie en place ont intégré l'activité, permettant notamment la poursuite des participations au JARDIN BOTANIQUE en notre absence et augmentant les weekends de présence au JARDINS CITOYENS. Pour les COCONS, le problème demeure, manque de temps, manque de monde pour aider.

Le fait est que la nécessité de démarcher, de tenter diverses options en début de conception nous a ouvert beaucoup de portes. Le projet s'est construit sur ce postulat de manière cohérente. Tout comme lorsque on lance un maximum de semis pour s'assurer d'avoir un résultat décent et que l'on se retrouve avec des plants à ne plus savoir qu'en faire, chaque démarchage que nous avons initié s'est avéré fructueux. Pour nous, tout a pris vite et fort. Et nous y avons été poussé, grand bien nous fasse.

D'une idée nous nous sommes retrouvés quasi instantanément avec une activité florissante, nous aurions pu y consacrer l'intégralité de nos journées tant la demande était importante du point de vue des partenariats et des opportunités qui s'offraient à nous et compte tenu de la richesse de l'offre proposée possible. Nous en étions conscients et avons temporisé spontanément. Ce fut frustrant mais bien légitime, nous ne sommes pas hortithérapeutes, le travail à coté est bien là et il faut faire avec. Une partie de notre temps de travail peut être alloué à l'animation d'activités thérapeutiques, mais les suivis et obligations de service demeurent.

Grisé par la réussite du projet dans les premiers mois je me suis vite rendu compte que c'était une double charge de travail. Après tout, les collègues qui ne gèrent pas d'activités en parallèle ne se soucient pas de mes suivis. J'ai les mêmes obligations qu'eux et je m'efforce de faire de mon mieux pour développer l'hortithérapie en parallèle et de la faire perdurer dans l'offre de soin. A ce jour, notre activité est celle qui accueille le plus grand nombre de patients.

Cette charge mentale, cette énergie dépensée, toutes ces heures allouées, même hors cadre travail sont d'autant plus dures à gérer quand les efforts fournis et les résultats ne sont pas nécessairement reconnus à leur juste valeur.

Nous avons été, malgré un soutien initial sans faille et moteur, assaillis d'injonctions paradoxales par divers supérieurs hiérarchiques. « On y va ! Il faut faire quelque chose de grand ! Ne vous restreignez pas, No limit ! C'est vraiment génial ! ... », Tant de superlatifs et d'encouragements refrénés parfois de manière brutale par la suite, sans grand argumentaire, nous avons d'un côté tout

et de l'autre son contraire, en simultané qui plus est et par des personnes différentes. De quoi devenir dingue !

On nous a poussé au maximum, félicité pour les résultats, encouragé d'une part, d'autre part on nous a reproché d'avoir un projet bien ambitieux, que nous ne pouvions pas faire que ça, ne pas oublier « son travail ».

Petite aparté, lors de la genèse du projet nous n'avions plus de cadre de proximité. Le nouveau cadre supérieur assurait l'intendance minimale à ce niveau car nous sommes une équipe autonome qui s'autogère depuis toujours relativement bien.

Vint le jour où, par surprise, comme pour son arrivée, ce cadre supérieur a décidé de s'en aller vers d'autres horizons. Il n'était plus en accord avec la politique interne des hautes sphères hiérarchiques. Notre principal soutien n'était plus à nos côtés. Un nouveau cadre de proximité est arrivé pour gérer notre service. Je ne vais pas épiloguer bien longtemps et je ne souhaite pas dénigrer quelqu'un impunément, mais sa sensibilité n'allait pas du tout en faveur d'un projet comme le nôtre. Découvrant son rôle car, faisant fonction, certainement dans une optique d'asseoir son autorité, ce qui peut aisément se comprendre, sa rigueur infernale primait et son rapport à l'autre était comment dire...dénué d'humanité, d'empathie, bien souvent. Un des premiers échanges que j'ai pu avoir avec, alors qu'on nous poussait dans nos démarches, que je me démenais pour créer du lien et résoudre des problèmes, qu'on m'avait chargé de plusieurs comptes rendus sur le projet fut :

« Vous n'allez quand même pas me parler de jardin tout le temps non ? »

S'en suivirent par la suite des menaces de faire cesser l'activité, tout en nous invitant à être sollicité pour obtenir de l'aide...paradoxal...

Je ne souhaite pas développer plus, je suis obligé de citer cette problématique qui a eu un impact important, notamment d'un point de vue motivationnel.

Pour faire court, à l'instant où j'écris ces lignes, cette personne ne fait plus partie du service. L'équipe a finalement de nouveau été mise à mal durant des mois, les projets se sont arrêtés les uns après les autres. En cause ? des agents malmenés, démotivés, mal accompagnés, également par la faute de tensions entre cadres et décisions médicales incompréhensibles d'un point de vue politique (encore et toujours) qui ont mené à des clivages de services. Nous avions interdiction de travailler ensemble. Le département de réhabilitation compte 6 services. Par le passé régnait la culture du travail en transversalité. La mutualisation des compétences, des offres, des moyens. Là où nous avions besoin de monde, nous étions condamnés à rester seuls. L'hortithérapie a perduré mais la

flamme aurait pu s'éteindre. Le moral en berne, la frustration, le sentiment d'injustice et d'incompréhension grondaient pour ma part. Les derniers mois avant le départ de notre cadre, après l'avoir mobilisé sur différents sites, fait rencontrer nos partenaires qui ne tarissaient pas d'éloges, notamment pour des bilans d'activité, là, a commencé l'ouverture d'esprit, perdre un peu de verticalité dans la relation, devenir agréable et plus flexible (le tempérament requis à la réhabilitation psychosociale en somme), à prendre acte du travail, des bénéfices, de l'investissement personnel, de la beauté des choses réalisées, se montrer plus aidant..

Un peu tard, dommage...

Il est clair qu'à cet instant, le constat du ratio investissement personnel, bénéfices acquis par les usagers et la richesse de situations auxquels ils ont eu l'opportunité de prendre part rapporté à si peu de reconnaissance institutionnelle, de condescendance a pu s'avérer péniblement tolérable, brutal voir décourageant.

Malgré ce cas de figure il est de bon ton de tirer des enseignements positifs immanent du négatif. Apprendre de ses erreurs, des échecs, des obstacles rencontrés, garder la foi, rebondir, persévérer. Ne soyez pas piloté par le conditionnement !

La prochaine cadre, faisant partie de la réhabilitation, connaît et apprécie déjà notre activité, elle attendait de pouvoir y inclure des membres de son équipe actuelle et des patients. Cela laisse présager un soutien des plus agréable et nécessaire. Elle apporte d'ores et déjà des idées pertinentes, voilà qui est de bon augure.

L'hortithérapie n'ayant pas de statut défini en France, pour l'instant je l'espère, cela a permis au projet de prendre forme tel qu'il est actuellement. Les tâtonnements étaient tolérés, là ou aux Etats Unis notamment les programmes sont bien calibrés, les professionnels sont formés et orientés. Ce fut une force et une faiblesse. La force d'avoir pu livrer une conception très intime et personnelle, la faiblesse de manquer encore de reconnaissance formelle aux yeux de tous.

L'intérêt porté par les usagers concernant l'activité d'hortithérapie a très rapidement été au rendez-vous et les témoignages de leur engouement pour cette nouvelle pratique proposée par notre service étaient évoqués spontanément, notamment lors d'entretien médicaux, à leur entourage également. Leur assiduité, le fait d'arriver à mobiliser et fidéliser des personnes qui mettent parfois tout en échec, d'autres étant reclus et refusant toutes activités, d'autant plus groupales, les témoignages de gratitude font tout.

Malgré les épreuves, le beau subsiste. Et nous l'avons fait ! Ensemble.

## B6 Epidémiologie du public accueilli à ce jour sur le projet et bénéfices obtenus.

La réhabilitation psychosociale accompagne les patients souffrant de troubles psychiques au travers des différents champs de la personne, clinique, fonctionnel et social tout au long de leur processus de rétablissement, favorisant leur inclusion et la réalisation de leur projet de vie.

A ce jour, seuls les patients suivis par l'équipe de réhabilitation ambulatoire étaient admissibles au sein du projet.

Nous intervenons auprès d'une centaine de personnes. La grande majorité de nos prises en charges sont porteurs de schizophrénie. L'impact de la maladie sur leur quotidien est parfois très lourd et affecte différentes sphères de la personne par des difficultés cognitives (sur le plan de la mémoire, de la concentration...), les interactions sociales sont perturbées (décoder et comprendre les émotions de l'autre, s'affirmer, échanger s'avère parfois très complexe). Nos patients ont une tendance à l'isolement qui peut mener à une forme de marginalisation, des difficultés à initier des actions, une plus grande fatigabilité.

25 personnes ont pu s'expérimenter à la pratique.

9 se sont pleinement investies sur les 3 axes du projet.

6 se démarquent par une implication très poussée et une assiduité exemplaire.

Les bénéfices escomptés ont été au rendez-vous, nous pouvons relever :

-Une réduction du stress et de l'anxiété par la pratique horticole, se concentrer sur des tâches simples, concrètes. A noter qu'à certains aspects de travail physique se greffent l'apprentissage de gestes minutieux, travail sur la praxie, la motricité fine, notamment le travail délicat des semis. Le pratiquant se décentre de ses ruminations et prend soin d'autre chose à savoir une plante, la vie et l'évolution d'un jardin...

-Une amélioration de la qualité de vie. Les usagers ont pu trouver une plus grande satisfaction et un plus grand sens de l'accomplissement en cultivant des plantes et en s'impliquant dans le projet global d'Hortithérapie, cela améliorant leur humeur et leur perception plus positive du quotidien. Les différents pans du projet proposant à la fois de l'activité physique, créatrice, contemplative, chacun peut trouver ce dont il a besoin, à son propre rythme.

-Un renforcement ou développement de l'estime de soi, une stimulation de la confiance donnée par un sentiment de compétences acquises et d'autonomie.

- Les activités de jardinage permettent une amélioration de la cognition et de la mémoire en permettant aux pratiquants de se concentrer sur des tâches concrètes en stimulant leur cerveau par l'engagement sensoriel et l'apprentissage de nouvelles compétences.

-Un développement de compétences sociales. Nous travaillons en horizontalité avec les usagers, les intervenants extérieurs, le public standard dans le droit commun, ainsi, ensemble, nous planifions et entretenons divers lieux, participant à leur vie, leur évolution constante.

-Les divers pans du projet permettent également un travail de projection mental sur plusieurs années afin d'arriver à notre but commun. Cela stimule l'imaginaire, génère des objectifs individuels et communs, travaille sur la patience, l'envie, l'assiduité, l'implication et l'engagement personnel.

## C Etude sur la représentation de la hiérarchie et des équipes sur l'hortithérapie.

### C1 Méthodologie et postulat de départ.

Il me paraissait important d'avoir le ressenti des équipes concernant l'hortithérapie et les jardins de soin. Tenter d'appréhender le niveau de sensibilité global, la pertinence ressentie, la connaissance ou non de cette pratique, le souhait d'en apprendre plus ou non.

Pris par le temps, j'ai opté pour un démarchage de proximité des sujets. Pas de publication dans le « fil info » des mails professionnels, trop peu de personnes répondent et se sentent concernées à mon sens par les sondages et études y étant diffusés. J'ai donc déposé mes questionnaires directement dans plusieurs services, incluant des pôles différents et des modalités de soins différentes également.

De base, je souhaitais réaliser des entretiens ouverts, principalement de cadres de santé et médecins pour tenter de capter le ressenti hiérarchique et en faire une analyse, notamment sémantique en termes d'arguments exprimés, d'adhésion ou non au concept. Afin de rester fidèle à la trame de base que je m'étais imposée, ne voulant pas sacrifier une partie au profit d'une autre, par peur d'un travail trop chronophage et qui s'avèrerait réducteur en termes de population j'ai opté pour des questionnaires à l'attention des équipes, englobant ainsi plus de corps de métier.

Je n'ai délibérément pas utilisé tous les items proposés, certains étant finalement peu impactant dans l'analyse. Il est vrai qu'à posteriori j'aurais potentiellement rédigé une trame quelque peu différente, ne serait-ce qu'en termes d'exploitation de données. Soyez indulgents ce type d'exercice est une

première pour moi et je dois avouer que n'étant pas DU TOUT familier avec un tableur, notre rencontre fut des plus effroyable et laborieuse !!!

J'ai obtenu 47 réponses, ainsi : 6 médecins, 3 cadres de santé (référents de plusieurs unités chacun), 20 infirmiers, 7 psychologues, 2 neuropsychologues, 5 aides-soignants, 2 éducateurs spécialisés et 2 ergothérapeutes ont pu exprimer leur ressenti.

La trame du questionnaire est disponible en annexe.

Il est constitué de 4 parties distinctes.

-une partie « Information générales » qui permet de mentionner le poste, l'ancienneté, la ou les modalités d'exercice, la connaissance ou non des jardins de soin.

-une partie « Connaissances et perception des jardins de soin » qui traite du degré de connaissance et de diffusion d'information concernant les jardins de soin ainsi que des ressentis des bénéficiaires appliqués aux participants.

-une partie « Expérience et opinion sur les jardins de soin » dans l'optique de quantifier la sensibilité des professionnels à la diffusion de cette pratique faisant ainsi pleinement parti des programmes de soins en psychiatrie, des obstacles identifiés concernant la réalisation de tels projets.

-une partie « représentation personnelle » traitant de la pertinence propre de chacun à concevoir l'hortithérapie comme outil de soin. Les 3 derniers items traitent de l'envie ou non d'avoir des informations ou formation concernant l'utilisation, l'aménagement de jardin de soin, la connaissance ou non du concept « d'hortithérapie » et le souhait ou non d'avoir des informations ou formations à ce sujet.

Il est important je pense de préciser que les « ateliers jardinage » sont des classiques des activités proposées en psychiatrie. Cela est bien souvent animé par des soignants, entretenant amoureusement leurs potagers à domicile et voulant tirer parti d'un espace de terre du service (quand c'est possible) pour partager la joie de faire pousser quelques légumes. J'ai exercé de la sorte. C'est de l'hortithérapie, certes, mais désormais, lorsque j'emploie ce terme, cela désigne une pratique bien plus vaste, une possibilité de déclinaison d'ateliers en lien avec le végétal infiniment plus variée. Je souhaite pousser le curseur d'application des animateurs bien plus loin, comme ce fut le cas pour moi avec la rencontre du docteur POMMIER et par extension maintenant des différents intervenants du diplôme universitaire « Santé et jardins, prendre soin par le rapport à la nature ». J'ai de mon côté pu



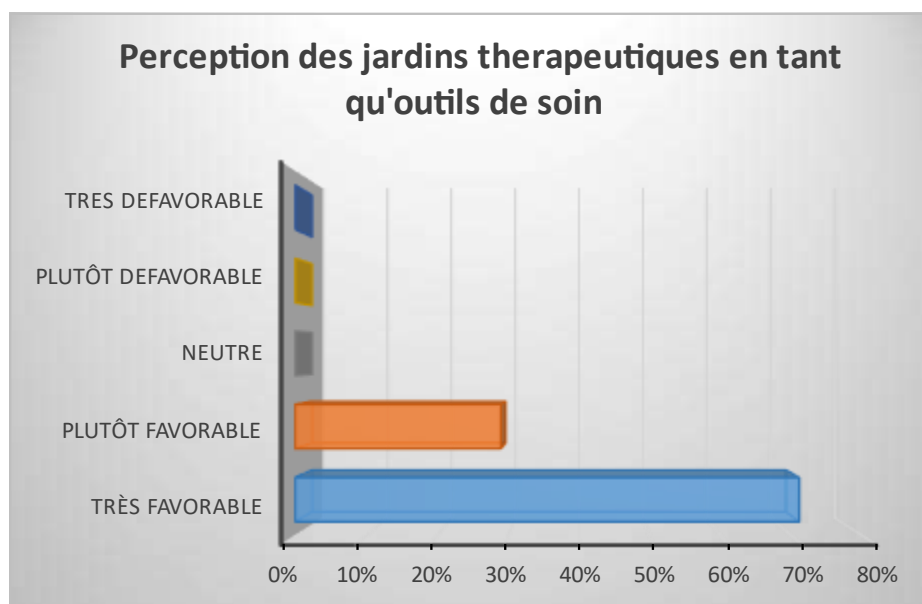
expérimenter une multitude de variations de séances via les différents pans du projet mis en place ainsi que par la créativité de nos partenaires.

Une partie de l'étude est faussée. En effet, mon mémoire se veut en faveur d'une diffusion de l'hortithérapie et c'est déjà chose faite en partie dans certains secteurs de notre établissement. Le projet a eu résonance dans notre hôpital, de ce fait le terme « hortithérapie », son application, son descriptif ont été portés à la connaissance de multiples soignants, éclaircissant un concept inconnu jusqu'alors.

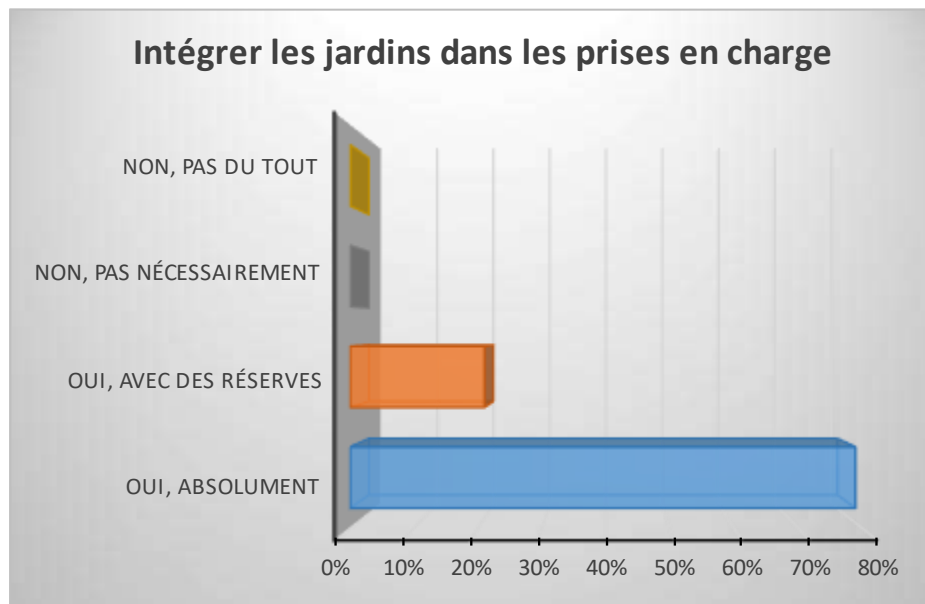
Essaimer, essaimer, essaimer... n'était-ce pas la finalité après tout ?

## C2 Résultats et analyses.

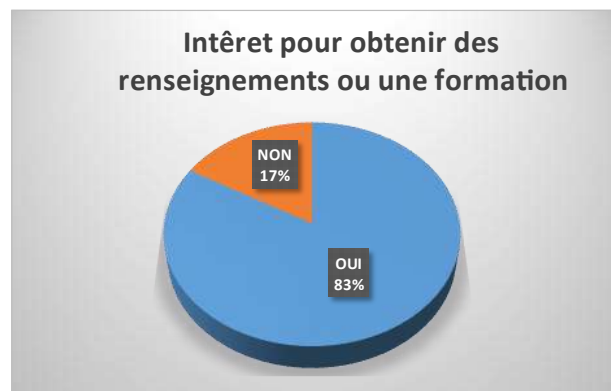
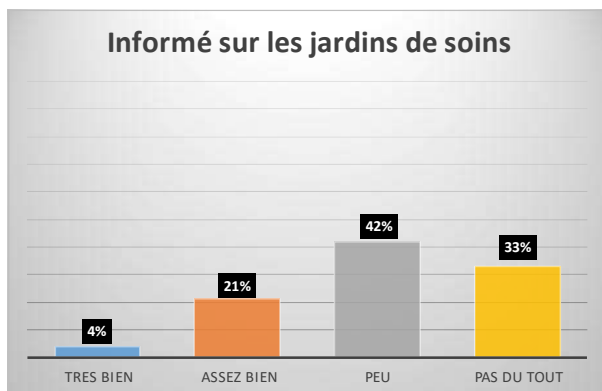
L'analyse de la représentation des équipes vis-à-vis de l'hortithérapie et des jardins de soin constitue une composante essentielle pour comprendre l'acceptation et l'intégration potentielle de ces pratiques notamment dans les programmes de soins en psychiatrie.



Tout d'abord on constate qu'une forte majorité des sondés, 71%, ont une excellente estime des jardins de soin comme outil complémentaire. Cette tendance encourageante montre que du crédit est porté à la pratique. Il est donc fort probable que la mise en place de programmes dédiés soient pris au sérieux et soutenus par les équipes.

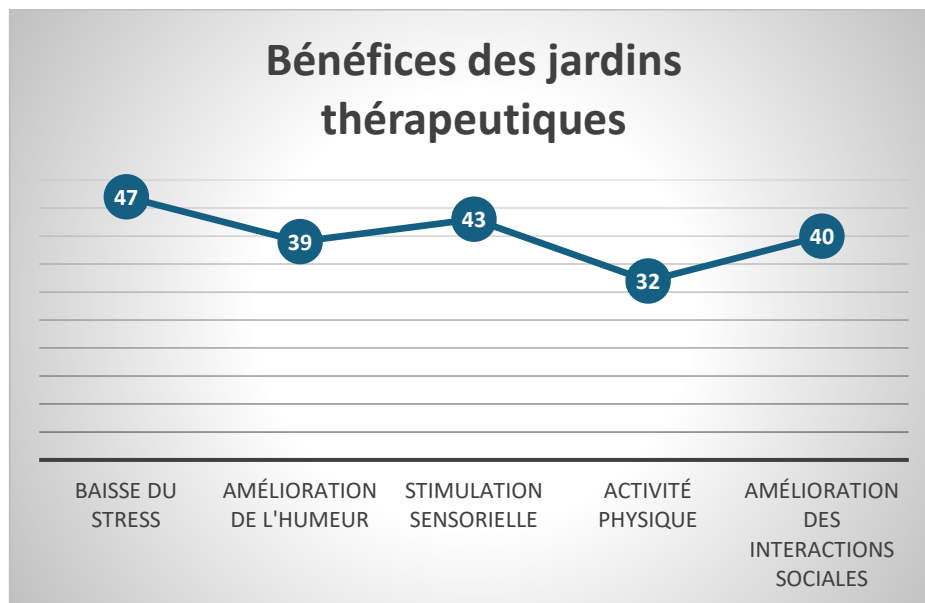


79% sont totalement favorables à une intégration dans les programmes de soins.



Malgré une estime importante on relève une part non négligeable de manque d'information.

Un pourcentage significatif de répondants a exprimé un intérêt pour recevoir une formation sur l'hortithérapie et les jardins de soin, ce qui montre la nécessité de diffuser, valoriser et transmettre concernant notre pratique. Cet intérêt suggère que l'institution de programmes de formation, de sensibilisation à plus grande échelle pourrait être un levier important en faveur de notre cause, potentiellement augmenter ce type de projets et favoriser l'adoption de ces pratiques.



Ce graphique exprimé en occurrences atteste que les sondés reconnaissent largement les bénéfices produits par la pratique.

En question ouverte 14 personnes se sont exprimées sur des bénéfices supplémentaires.

La notion d'augmentation de la confiance en soi, d'augmentation de sentiment d'efficacité personnelle et de travail sur les troubles cognitifs sont évoqués à plusieurs reprises, la déstigmatisation de même. L'augmentation de la motivation, de réalisation de soi, de sentiment d'utilité par la découverte de nouvelles compétences, s'ancrer dans le temps présent via l'activité et la temporalité des saisons, la gestion des émotions, des relations sociales... ces réponses supplémentaires, démontrent que les répondants sont convaincus des bénéfices offerts par l'activité et ce sur nombre d'aspects.



Ce graphique est exprimé en termes d'occurrences sur les 47 répondants. Faisons une corrélation avec les résultats précédents, il est intéressant de constater que le deuxième obstacle perçu dans la mise en place de jardins de soin et d'activité d'hortithérapie est le manque de formation, le troisième le manque de connaissance des équipes en la matière. Cela précise un peu plus le besoin d'information. Le manque de temps arrive en tête. Effectivement c'est un facteur déterminant qui influe sur la faisabilité, la place allouable au sein d'un service en termes d'intensité de pratique possible. Ce paramètre peut être modulé en fonction du nombre de professionnels qui animent et militer à nouveau pour une connaissance accrue du sujet, plus de professionnels dédiés pourraient favoriser un turn over et moins impacter un service en monopolisant des agents. Vient ensuite le problème de financement, nerf de la guerre dans bien des domaines.

En propositions ouvertes concernant les obstacles perçus ressort le manque de soutien institutionnel cité à deux reprises et le « manque de volonté médicale ». A deux reprises également vient la problématique de normes et de cadre légal. Est cité le manque de moyen humain tant du point de vue animation que formation des professionnels. L'aspect d'hygiène dans un service d'intra hospitalier est évoqué.

Au niveau des suggestions et commentaires concernant l'utilisation des jardins de soin et de l'hortithérapie, 10 personnes ont fait des propositions. La notion de généralisation et diffusion reviens 3 fois notamment le souhait de pratiquer en intra hospitalier via des jardinières. La valeur inclusion des patients dans la communauté 4 fois, 2 fois le désir de créer des partenariats locaux, des associations et projets de droits commun. Enfin l'idée d'un référent de l'activité sur l'hôpital pour coordonner les projets est judicieuse.

Les résultats de cette enquête succincte mais significative sont encourageant. Ils montrent cependant que, bien que l'hortithérapie soit perçue positivement par les équipes, son intégration dans les pratiques de soin est encore freinée par des obstacles organisationnels et un manque de formation important, à noter que les professionnels sont demandeurs.

Pour promouvoir l'adoption de ces pratiques il semble véritablement impératif de communiquer, transmettre...

Essaimer, essaimer, essaimer...

### Concernant les usagers :

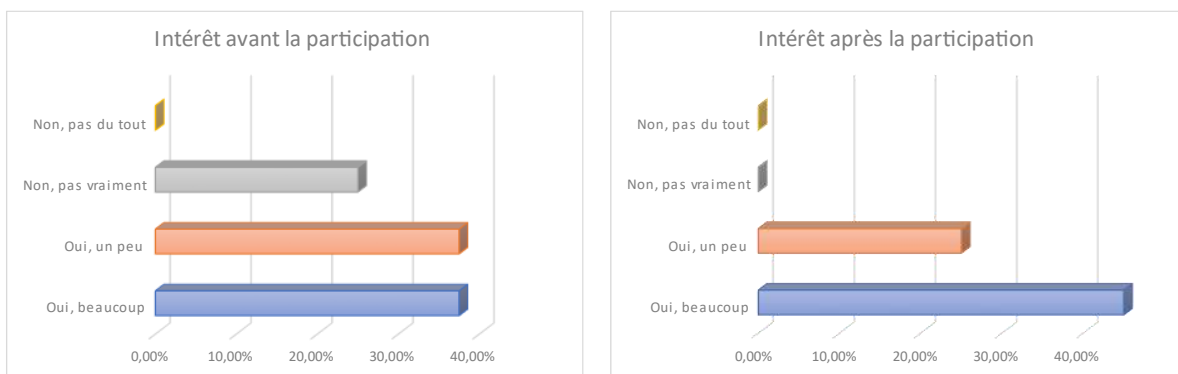
Il m'a semblé important de recueillir le ressenti de quelques usagers bien impliqués. Entre les périodes de vacances estivales et ceux qui participent de manière ponctuelle, je n'ai obtenu que 8 réponses à mes questionnaires. La trame est présente en annexe. A nouveau, j'aurais procédé différemment pour potentiellement obtenir plus de matière exploitable. Mais les quelques éléments tirés sont significatifs.

Un bref questionnaire permettant d'évaluer leur attrait pour le jardin avant participation, après participation.

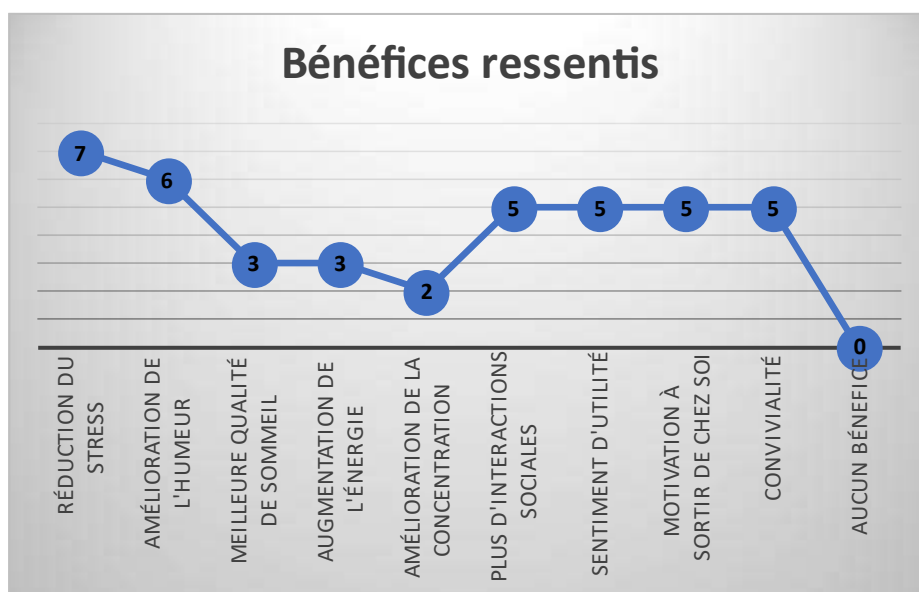
Tenter d'évaluer des bénéfices retirés par l'hortithérapie, et enfin savoir s'ils sont en faveur de sa diffusion à d'autres.

Nous avons là 7 hommes et 1 femme. La moyenne d'âge est de 39 ans.

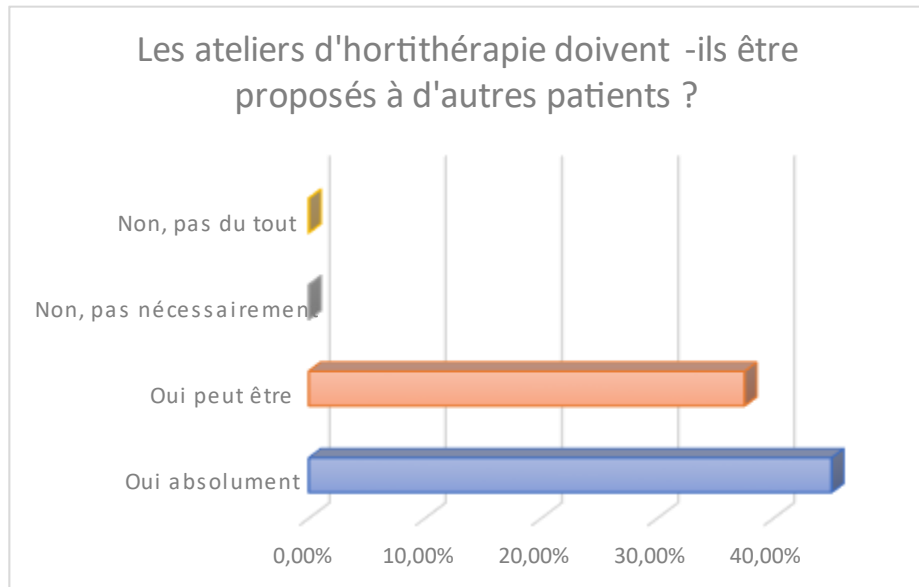
6 participent à l'activité depuis plus de 6 mois, 1 de 4 à 6 mois et un débute avec une présence de 1 à 3 mois.



On dénote un attrait initial pour les jardins présent avant participation, faisant preuve d'un intérêt pour la chose. Après participation la tendance positive s'accroît, preuve que l'activité plaît.



Le graphique de bénéfices ressentis exprimé en occurrences démontre des améliorations significatives sur une large gamme de facteurs impactant la vie de nos patients.



Les usagers sont favorables à la transmission, la diffusion de la pratique.

Concernant les suggestions, une personne exprime son souhait de groupe restreint, intimiste, une autre précise « J'apprécie plus ou moins en fonction de mes humeurs » il est l'un des derniers membres entrants, malgré sa vie complexe, son ambivalence dans sa réponse il se montre très actif en activité et nous constatons qu'il s'ouvre de plus en plus au dialogue ce qui a un retentissement sur sa prise en soin parallèle.

Pour les autres ils ont fait part de choses appréciées plutôt que d'axes d'améliorations.

« J'aime découvrir et déguster lors de mes participations », « J'apprécie être au contact de la nature et enrichir mes connaissances en botanique »

On peut constater une opinion positive et une adhésion aux activités proposées.

## D Sensibiliser la hiérarchie et les équipes.

### D1 Argumentaire en faveur des jardins de soins et de l'hortithérapie.

La mise en place du projet m'offre deux ans de recul à ce jour. Ces deux années ont été extrêmement riches et valorisantes. J'ai pu m'épanouir professionnellement et de manière concrète. Les usagers

ont pu s'approprier l'outil et nous avons partagé tellement de moments fastes, d'expériences inédites, d'instantanés et événements privilégiés. Tant de rires, de sourires, d'instantanés de cohésion.

Je ne peux que plébisciter la richesse de l'hortithérapie qui pousse l'ensemble des participants vers des valeurs nobles, de partage, d'entraide, d'apaisement.

Humbles face au vivant. Tous égaux face à la nature !

Dans une société qui prône la culture du vide, une reconnexion au vivant est en soi un acte simple mais tellement bénéfique, offrant une pause salutaire dans nos quotidiens souvent stressants, et ce d'autant plus pour les personnes atteintes de troubles psychiques. Le jardin offre une relation privilégiée entre soignant et soignés, une horizontalité propice à des échanges informels de qualité, vrais sans fard, à la compréhension mutuelle, à la confiance.

A mon sens, chaque projet portant l'hortithérapie a une âme. Elle est fonction du ou des porteurs qui y insufflent leur sensibilité, leur approche, leur personnalité. C'est également fonction du contexte d'application : lieu, modalité. Ainsi la diversification et la multiplicité des offres est sans limite. Pouvant s'adapter à chaque lieu d'exercice, chaque budget possible. Du plus modeste atelier aux ressources rudimentaires au plus majestueux des jardins, la magie opère.

Pour illustration, nous n'avons requis que 200 euros depuis deux ans. Nous utilisons notre matériel personnel et avons finalement investi à minima. C'est une affaire de résilience et cela pousse à des prouesses d'ingéniosité parfois, favorise la créativité.

## D2 Stratégie de sensibilisation et de mises en place à envisager.

### Premièrement : la diffusion.

Nous avons pu constater que les problématiques de développement de projet d'hortithérapie sont multiples.

En effet, actuellement, le manque de reconnaissance de la pratique joue un rôle majeur.

Il est essentiel de diffuser et d'informer. A titre d'exemple aucune formation institutionnelle proposée dans mon établissement ne traite du sujet, malgré plusieurs organismes disponibles avec parfois un listing impressionnant, abordant pourtant des domaines diamétralement opposés.



Pour ce faire une sensibilisation accrue des équipes est nécessaire. Plusieurs modalités pourraient être envisagées. Des initiatives de formations ciblées pour présenter ou pour combler les lacunes potentielles dans la compréhension et l'application pratique de ces méthodes notamment dans le cadre clinique.

Il serait pertinent de présenter des cas concrets, organiser des visites, apporter des témoignages de soignants, de patients, animer des ateliers pratiques.

Il faudrait effectuer un travail de diffusion conséquent : publier des articles, des vidéos, participer à des conférences. Les réseaux sociaux peuvent être très utiles pourquoi ne pas créer des pages ou chaînes dédiées, mobiliser les services de communication des hôpitaux pour des informations internes, créer des blogs...

Bien entendu certains le font déjà, c'est d'ailleurs grâce à eux que nous sommes impliqués maintenant, mais il faut que cela soit fait à plus grande échelle.

Il me semble que chaque acteur en lien avec l'hortithérapie se doit d'être mobilisé et transmettre autant qu'il le peut pour maximiser son impact.

Il est nécessaire d'éclairer le plus grand nombre, se muer en une force de masse favorable et militante.

Deuxièmement : inclure la hiérarchie et susciter l'intérêt.

Les décisions concernant les projets innovants sont prises à des niveaux hiérarchiques élevés, éloignés du terrain, ce qui peut rendre difficile la validation de nouvelles initiatives comme des jardins de soin. Sans leur assentiment, peu de chances d'obtenir une autorisation ou se voir allouer des ressources.

Pourtant, dans un monde qui change, gagné par l'éco anxiété, ce type de projet est en phase avec son époque.

La végétalisation de l'urbain est une plus-value, une nécessité, un pas dans la transition écologique, au sein d'un hôpital, elle touche tout le monde, patients, familles, professionnels.

Il faut trouver un angle d'approche sensibilisant, notamment concernant l'impact sur le rayonnement de l'hôpital ou de la structure, savoir faire raisonner la fibre propre innée, la biophilie des dirigeants, le rapport au beau et au vivant. Il existe toujours un angle d'approche favorisant, en fonction des besoins recensés, de l'affectivité et la réceptivité des interlocuteurs face à la nature. Il est aisé démontrer que l'économie matérielle nécessaire au développement de projet sera moindre en

comparaison avec l'économie immatérielle générée, les bénéfices sont indéniables et accessibles au plus grand nombre. Car oui, c'est par le biais de présentations novatrices, pertinentes et riches qu'il va falloir convaincre. Une préparation méticuleuse est impérative. Le projet se doit d'être réalisable, soutenable, quantifiable et pérennisable. Il est important à mon sens de s'entourer de gens sérieux et motivés, monter une équipe fiable avec différents corps de métiers qui créeront une émulation en termes de vision. Et il va falloir être endurant !

Il faut fédérer un maximum par le bas et poursuivre en remontant. Si on sensibilise un maximum d'équipes, de cadres de proximités, de médecins, ce sont leur soutien qui appuiera nos propos dans les hautes sphères.

## E Perspectives d'évolution.

### E1 Développement futur du projet.

De notre côté, concernant le projet en l'état, je ne doute pas de sa pérennité.

Nos participations aux JARDINS CITOYENS et au JARDIN BOTANIQUE sont rodées, l'habitude est ancrée, aucun souci pour la suite. Les partenariats sont fiables et leurs retours sont excellents. Les usagers adhèrent totalement à la pratique, y trouvent beaucoup de bénéfices. Les conventions sont signées.

Le plus gros travail réside dans l'investissement des COCONS.

Des démarches avec les services techniques de l'hôpital, notamment les espaces verts ont été amorcées. Des rencontres sont à prévoir afin d'obtenir leur aide pour l'entretien global de notre terrain, nous pourrons ainsi nous focaliser sur des tâches définies comme agrémenter le lieu en mobilier, s'occuper de récupérateurs d'eau débiter des ateliers autres que de la taille.

Voilà plus d'un an que nous attendions le feu vert pour ouvrir au plus grand nombre. Nous avons eu des sollicitations des équipes de gérontopsychiatrie et d'addictologie.

Nous avons très récemment enfin eu l'accord d'ouvrir, au département de réhabilitation psychosociale dans un premier temps. Notre requête remonte à plus d'un an... Plusieurs professionnels avaient manifesté leur intérêt. Un plus grand nombre d'usagers vont pouvoir pratiquer et s'investir sur notre terrain. Nous veillerons à établir des roulements sur les autres ateliers proposés.

Pour faciliter l'articulation globale nous avons fait créer une adresse électronique professionnelle interne, dédiée aux animateurs, ayant ainsi accès directement à un planning informatisé. Ils peuvent ainsi se positionner sur des sites d'activité, cela permet également de visualiser les absences potentielles et y pallier, définir à l'avance des évènements, ce qui permet une visibilité accrue. Cette adresse unique permettra également d'avoir accès à l'intégralité des conversations avec les partenaires, démarchages, moins de perte d'informations et une implication plus collective, une seule adresse pour les partenaires également.

Nous nous devons d'évaluer notre pratique, pour ce faire nous élaborons une quantification sur l'adhésion des usagers au projet, l'assiduité, les bénéfices induits. Il faut de la rigueur pour apporter plus de crédit au projet et diffuser plus aisément sa pertinence. Nous professionnalisons plus notre pratique.

Nous allons reprendre nos démarchages pour obtenir de l'aide financière, matérielle, des végétaux...Se pencher à nouveau sur la possibilité de création d'une association.

Plus de participants, soignants comme soignés impliquerons de plus grands résultats et apporteront plus de vie au site.

Voici nos impératifs, il y a encore beaucoup à faire, pour ce qui concerne d'autres développements, ne soyons pas trop gourmands pour l'instant. A suivre.

## E2 Développement futur de ma pratique professionnelle.

Concernant ce mémoire, j'ai fait le choix d'une approche très personnelle, un partage expérientiel, un témoignage de la philosophie qui se diffuse dans ma pratique. Je n'ai pas souhaité présenter un agrégat de définitions qui se seraient avérées stériles au sein du format pour lequel j'ai opté. Je ne peux que vous recommander chaudement le diplôme universitaire « santé et jardins, prendre soin par la relation à la nature », riche d'enseignements, de conseils pour mener à bien vos projets, fort de belles rencontres, vous y aborderez toutes les notions, les concepts et aspects propres au monde de l'hortithérapie. Si votre intérêt s'est porté vers cette pratique, vous avez déjà les outils en vous. La démarche d'éducation personnelle nécessaire pour donner corps et mouvement à vos ambitions sera des plus passionnante, éclairante, et source de motivation.

Je joins en annexe une liste de lecture qui m'a aidé à m'enrichir et développer des axes de travail.

Je suis heureux et reconnaissant d'avoir pu donner corps à une vision dans le cadre de mon métier.

J'ai réellement été comblé par la pratique de l'hortithérapie et j'espère avoir réussi à vous transmettre ces émotions par cet écrit où j'ai souhaité livrer divers aspects de ce qui a pris une place prégnante dans ma vie depuis deux ans. Ce manifeste a eu une fonction cathartique pour moi.

Ce type de projet est tellement intense, il implique tellement de paramètres divers et imbriqués, il raconte la beauté de l'interaction humaine, ouvre tellement de perspectives qu'il est difficile d'être concis.

Là où je me suis pleinement impliqué, j'ai pu entreapercevoir des possibilités d'évolution.

Ces évolutions, je le pense, sont incompatibles avec mon poste actuel.

Il y a une grosse pièce, un rêve, oui un encore un, qui se loge dans un coin de ma tête depuis longtemps et ne s'en est trouvé que plus prégnant après mon expérience. Ce rêve répond à une absence d'offre dans notre territoire et à la conviction qu'il pourrait à nouveau allier, réunir des acteurs différents pouvant être complémentaires.

Développer une ferme thérapeutique.

C'est ambitieux je le concède, d'autant sachant la difficulté à réunir des financements, mais partir d'une activité modeste et la développer s'avère très excitant. Ma femme, infirmière en psychiatrie également cherche d'ailleurs se former en médiation animal, pour sa pratique actuelle, mais également dans cet optique. Pour ma part, je vais commencer à m'informer et sélectionner les formations les plus judicieuses pour parvenir à mes fins. Mais laissons cela à l'avenir.

Dans l'immédiat, après mures réflexions, le service dans lequel j'exerce me contraint à me limiter fortement dans ce qui m'anime. L'expansion possible qui aurait pu déboucher sur la création d'une sorte de « pole vert » au sein de l'hôpital me contraint à jeter le regard sur d'autres horizons. Et comme dit précédemment, parfois, les étoiles s'alignent.

Un poste en CATTP sur LUNEVILLE, bien plus proche de chez moi qui plus est, a attisé toute ma convoitise. Poste qui m'appelle finalement depuis longtemps. Le voilà vacant, durant la rédaction de ces quelques pages. Là, j'aurais la latitude pour développer en conséquence une offre d'hortithérapie complètement en lien à mon rôle propre et aux missions demandées. Y accorder un temps nettement plus conséquent sans aucun reproche. Je pourrais mettre en place les ateliers annexes irréalisables que nous avons abandonné, car la structure y est dédiée.

Le profil de poste ayant été diffusé en interne, j'ai fait une candidature spontanée. Je n'ai malheureusement pas été retenu ne faisant pas partie du pôle. Lors de mon entretien j'ai eu à faire à une hiérarchie accueillante et bienveillante, très sensible aux valeurs de l'hortithérapie et à l'idée de son implémentation de dans l'offre de soin. J'ai ressenti un soutien certain, notamment du médecin cheffe de pôle particulièrement intéressée. J'ai potentiellement trouvé une terre d'accueil et un terreau fertile où converge la conviction de la pertinence de l'hortithérapie, le désir de son développement, une possibilité de mener à bien la conception de nouveaux projets, où les moyens nécessaires semblent possiblement offerts de manière intelligente et magnanime. Je vais donc prendre acte de leurs conseils et faire le nécessaire pour intégrer le pôle, même via des structures annexes qui me permettraient d'allouer du temps dédié tout en ne perdant pas de vue les opportunités d'intégrer le profil visé à la base.

Repartir de zéro, se challenger. Reproduire mais sans les erreurs et les embuches passées. Aborder les choses sous un autre angle, avec les possibilités offertes sur place, trouver des alternatives, bref, recréer différemment, diffuser à nouveau les valeurs de l'hortithérapie, fédérer de nouveaux partisans.

Et finalement, continuer d'essaimer, essaimer, essaimer...

En vert, et contre tous !

## ANNEXES

Le design de « l'arbre de vie » en couverture du mémoire est tiré de la pochette de l'album de GOJIRA, THE LINK ALIVE, paru en 2004 chez WARNER MUSIC GROUP. Il est l'œuvre du chanteur et guitariste Joseph « Joe » DUPLANTIER.

### BIBLIOGRAPHIE QUI M'INSPIRE ET M'ACCOMPAGNE.

LAGNIER, A. (2023). *Le jardin des utopies, l'art de cultiver son univers*. Tana éditions.

CRAWFORD, M. (2017). *La forêt-Jardin, créer une forêt comestible en permaculture pour retrouver autonomie et abondance*. Ulmer.

DEKARZ, D. (2019). *La permaculture au jardin*. Terran.

DEKARZ, D. (2020). *La forêt comestible. Pour des récoltes abondantes en toute saison*. Terran.

Je conseille vivement les vidéos très pédagogiques de Damien DEKARZ.

READER'S DIGEST. (1981). *Savoir tout faire au jardin*.

PELLISSIER, J. (2022). *Jardins thérapeutiques et hortithérapie. Comment la nature prend soin de nous, jardiner pour se soigner 2<sup>ème</sup> édition*. Dunod.

SEYMOUR, J. (2019). *Le grand guide marabout de l'autosuffisance*. Marabout.

SCHALL S. (2016). *Mon grand-père jardinait comme ça ! Tours de main, potion de santé et autres trucs de jardiniers*. Larousse.

Force d'inspirations diverses, d'intervenants renommés, et de conseils de lectures je me dois de citer les 12 MOOKS (ouvrages à mi-chemin dans son format entre un magazine et un livre) :

Le trimestriel *YGGDRASIL* dont le premier numéro a été édité en 2019.

Et sa suite direct le journal mensuel : *Esprit autonome, faire par soi-même...avec les autres*. Le premier numéro ayant été édité en janvier 2024, toujours en cours de publication.

Cette liste est exhaustive mais apporte des bases solides, énormément d'idées et d'astuces tout en ouvrant la voie à d'autres pistes d'approfondissements.

## Questionnaire sur la Représentation des Jardins Thérapeutiques en psychiatrie.

*Cher(e) collègue, Dans le cadre de mon mémoire pour le DU « santé et jardin, prendre soin par la relation à la nature », je mène une étude sur l'utilité des jardins thérapeutiques en tant qu'outil de prise en soin en psychiatrie et plus globalement sur la pratique de l'hortithérapie. Votre participation à ce questionnaire m'aidera à mieux comprendre les perceptions et les représentations des équipes et de la hiérarchie concernant les jardins de soin. Merci de prendre quelques minutes pour répondre à ces questions.*

### Partie 1 : Informations Générales

Quel est votre poste actuel ?

- Infirmier(ère)
- Cadre de santé
- Médecin
- Aide-soignant(te)
- Autre (précisez) : \_\_\_\_\_

Depuis combien de temps travaillez-vous en psychiatrie ?

- Moins de 1 an
- 1-5 ans
- 6-10 ans
- Plus de 10 ans

Dans quel type de modalité exercez-vous ?

- Intra hospitalier
- Ambulatoire
- Autre (précisez) : \_\_\_\_\_

Avez-vous déjà entendu parler des jardins thérapeutiques / jardins de soin ?

- Oui
- Non

### Partie 2 : Connaissances et Perceptions des Jardins Thérapeutiques

Dans quelle mesure êtes-vous informé(e) sur les jardins thérapeutiques et leurs bénéfices potentiels pour les patients ?

- Très bien informé(e)
- Assez bien informé(e)
- Peu informé(e)
- Pas du tout informé(e)

Selon vous, quels sont les principaux bénéfices des jardins thérapeutiques pour les patients ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)

- Réduction du stress et de l'anxiété
- Amélioration de l'humeur
- Stimulation des sens
- Promotion de l'activité physique
- Facilitation de l'interaction sociale
- Autres (précisez) : \_\_\_\_\_



Avez-vous déjà observé ou participé à des activités de jardinage thérapeutique avec des patients ?

- Oui
- Non

### **Partie 3 : Expérience et Opinion sur les Jardins Thérapeutiques**

Si oui, quelles ont été vos impressions sur l'impact de ces activités sur les patients ?

- Très positif
- Plutôt positif
- Neutre
- Plutôt négatif
- Très négatif

Pensez-vous que les jardins thérapeutiques devraient être intégrés dans les programmes de soin en psychiatrie ?

- Oui, absolument
- Oui, mais avec des réserves
- Non, pas nécessairement
- Non, pas du tout

Quels obstacles, selon vous, pourraient empêcher l'intégration des jardins thérapeutiques dans les soins en psychiatrie ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)

- Manque de financement
- Manque de formation des soignants
- Manque d'espace
- Manque de temps
- Résistance au changement
- Manque de connaissance sur le sujet
- Manque de considération pour cette pratique
- Autres (précisez) : \_\_\_\_\_

### **Partie 4 : Représentation Personnelle**

Quelle est votre perception personnelle des jardins thérapeutiques en tant qu'outil de soin ?

- Très favorable
- Plutôt favorable
- Neutre
- Plutôt défavorable
- Très défavorable

Seriez-vous intéressé(e) à recevoir une formation sur l'utilisation, l'aménagement de jardins thérapeutiques/ jardins de soin ?

- Oui
- Non

Connaissez-vous la pratique de l'hortithérapie et sa définition ?

- Oui
- Non

*Si non, sachez que l'hortithérapie est une approche thérapeutique qui utilise les activités de jardinage et les interactions avec les plantes, la nature, pour favoriser le bien-être physique, mental et émotionnel des patients. En psychiatrie, cette pratique est utilisée pour réduire le stress et l'anxiété, améliorer l'humeur, stimuler les fonctions cognitives et sensorielles, et encourager l'interaction sociale et la participation active des patients. Les séances d'hortithérapie peuvent inclure des activités telles que la plantation, l'entretien, et la récolte des plantes, offrant ainsi un cadre thérapeutique structuré et apaisant. Cette approche holistique vise à soutenir le processus de rétablissement en intégrant la nature et le jardinage dans les programmes de soins psychiatriques. Cette pratique est très répandue et reconnue aux Etats Unis, Royaume Uni, Canada, Japon, Pays Bas, Allemagne, Italie...*

Souhaiteriez-vous avoir des renseignements et des formations sur la pratique de l'hortithérapie ?

- Oui
- Non

Avez-vous des suggestions ou des commentaires concernant l'utilisation des jardins thérapeutiques dans les soins en psychiatrie ?

- Oui (précisez) : \_\_\_\_\_
- Non

Merci beaucoup pour votre participation à ce questionnaire. Vos réponses sont précieuses et contribueront grandement à la réalisation de mon mémoire.

## (Questionnaire à l'intention des usagers)

Bonjour,

Merci de participer à ce questionnaire. Votre retour est très important pour aider à comprendre les effets des ateliers d'hortithérapie sur votre bien-être et votre santé.

### Qu'est-ce que l'Hortithérapie ?

L'hortithérapie est une activité thérapeutique qui utilise le jardinage, le rapport aux plantes et à la nature pour améliorer votre bien-être physique, mental et émotionnel. En participant à des activités de jardinage, comme planter des fleurs, arroser des plantes ou cultiver des légumes, vous pouvez ressentir des effets positifs sur votre humeur, votre stress et votre santé globale.

### Partie 1 : Informations Générales

#### 1. Sexe :

- Homme
- Femme
- Autre (précisez) : \_\_\_\_\_

#### 2. Âge : \_\_\_\_\_ ans

#### 3. Depuis combien de temps participez-vous aux ateliers d'hortithérapie ?

- Moins de 1 mois
- 1-3 mois
- 4-6 mois
- Plus de 6 mois

## Partie 2 : Perceptions de l'Hortithérapie

4. Avant de commencer les ateliers d'hortithérapie, aviez-vous de l'intérêt pour le jardinage ?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas vraiment
- Non, pas du tout

5. Maintenant que vous avez participé aux ateliers d'hortithérapie, comment décririez-vous votre intérêt pour le jardinage ?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas vraiment
- Non, pas du tout

6. Avez-vous apprécié les séances d'hortithérapie ?

- Oui, beaucoup
- Oui, assez
- Non, pas vraiment
- Non, pas du tout

## Partie 3 : Bénéfices Ressentis

7. Depuis que vous participez aux ateliers d'hortithérapie, avez-vous ressenti une amélioration dans les domaines suivants ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)

- Réduction du stress
- Amélioration de l'humeur
- Meilleure qualité de sommeil
- Augmentation de l'énergie
- Meilleure concentration
- Plus d'interactions sociales
- Sentiment d'utilité
- Une motivation pour sortir de chez moi
- La convivialité
- Pas de bénéfices
- Autres (précisez) : \_\_\_\_\_

8. Dans quelle mesure les ateliers d'hortithérapie ont-ils contribué à réduire votre stress ?

- Beaucoup
- Assez
- Un peu
- Pas du tout

9. Dans quelle mesure les ateliers d'hortithérapie ont-ils amélioré votre humeur ?

- Beaucoup
- Assez
- Un peu
- Pas du tout

10. Les ateliers d'hortithérapie ont-ils augmenté vos interactions sociales avec les autres ?

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas vraiment
- Non, pas du tout

#### **Partie 4 : Perceptions Personnelles et Suggestions**

11. Pensez-vous que les ateliers d'hortithérapie devraient être proposés à plus de patients ?

- Oui, absolument
- Oui, peut-être
- Non, pas nécessairement
- Non, pas du tout

**12.** Avez-vous des suggestions ou des commentaires sur les ateliers d'hortithérapie ?

Oui (précisez) : \_\_\_\_\_

Non

**Conclusion :** Merci beaucoup pour votre participation à ce questionnaire. Vos réponses sont précieuses et nous aideront à améliorer les ateliers d'hortithérapie, à mieux comprendre leurs effets et développer cette pratique.

## PORTFOLIO

Quelques images valent parfois plus que les mots.

### Les JARDINS CITOYENS



Première session.







Puis l'aventure continue.







L'auberge espagnole.











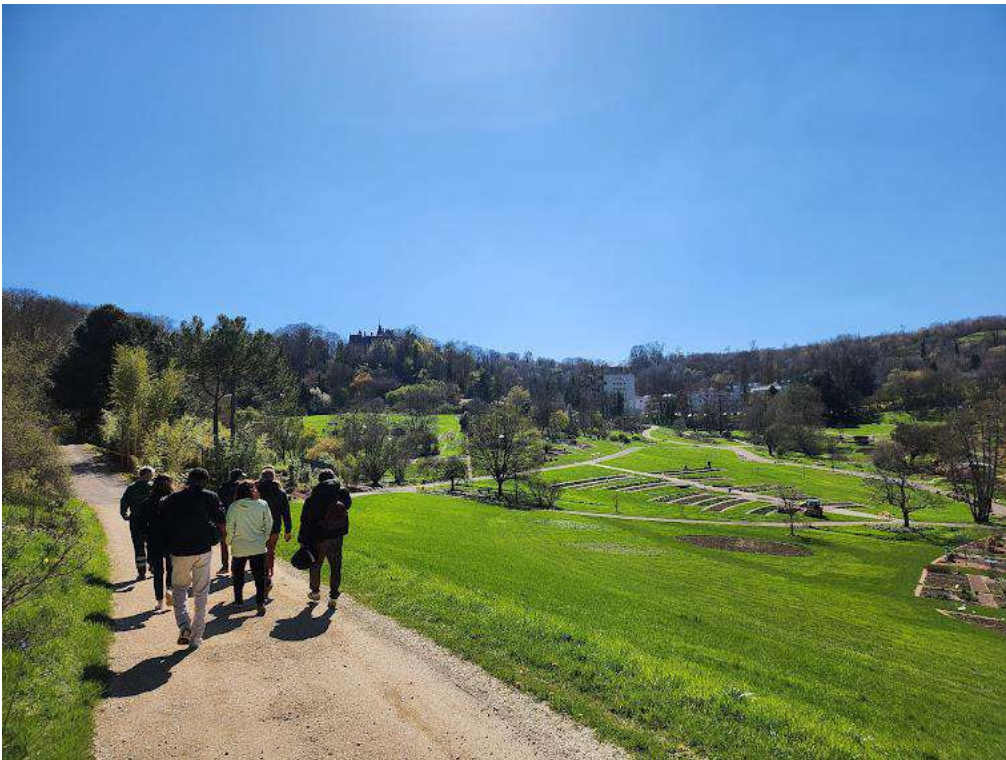




Le JARDIN BOTANIQUE DE NANCY



Première session, première visite.



Puis c'est le début d'une histoire d'amour, de rires, de plaisirs, de découvertes...













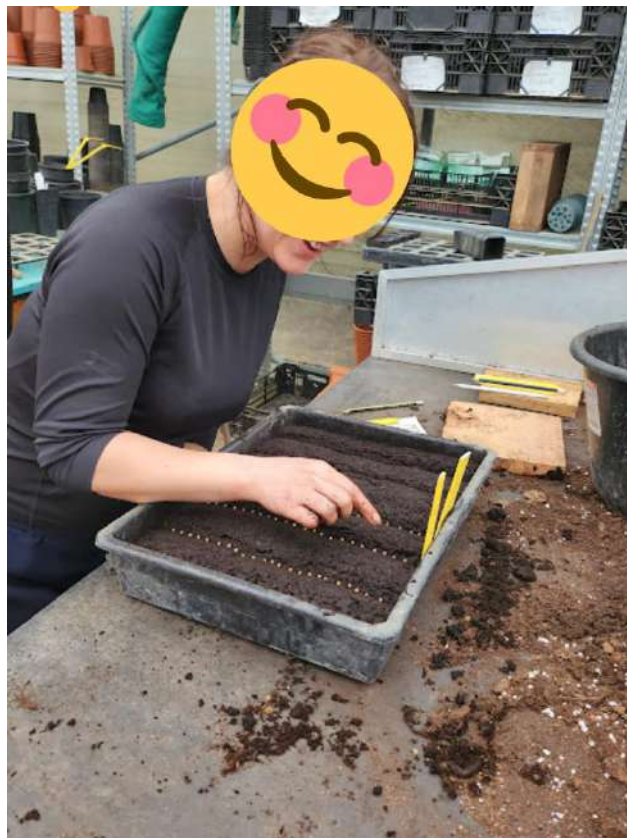
















Pic Nic rituel de fin de saison.













La création de rizières.









Vinrent les préparatifs pour Halloween.

























Le JARDIN DES 1000 FLEURS



Quelle journée !







Petit aperçu des COCONS











La partie sous-bois pour accéder au plateau du dessus.





L'aide précieuse des services techniques de Laxou.



Nous vous souhaitons une belle aventure de votre côté !

Ce mémoire est une tentative d'expression et de transmission de la fougue qui anime un infirmier en psychiatrie concernant l'hortithérapie. Un travail au ton personnel qui se veut fédérateur et inspirant. Un retour d'expérience sur deux années de pratique, la conceptualisation d'un projet, un témoignage, une tranche de vie, un manifeste. Il est primordial de sensibiliser davantage en commençant par nos collègues et la hiérarchie, diffuser intensément autour de cette pratique si riche, variée, accessible et bienfaitrice pour accroître son application sur le territoire et obtenir une reconnaissance légitime dans notre pays. Vous verrez en ces pages, l'histoire d'une aventure humaine ayant allié soignants, soignés et droit commun. Poussons les murs de l'hôpital, de la bétonisation outrageuse et ouvrons-nous d'avantage au monde végétal et ses vertus, pour le bien-être de nos patients mais également pour les personnes qui les prennent en charges, pour la déstigmatisation des pathologies psychiques, l'inclusion et l'acceptation inconditionnelle de leurs porteurs car l'hortithérapie est une histoire de réciprocité, de partage, d'entraide, tous égaux, humbles face à la nature.

Laissez-vous happer, militez et rejoignez nos rangs !

### MOTS CLES

Hortithérapie | Partage expérientiel | Témoignage personnel | Santé mentale | Jardins