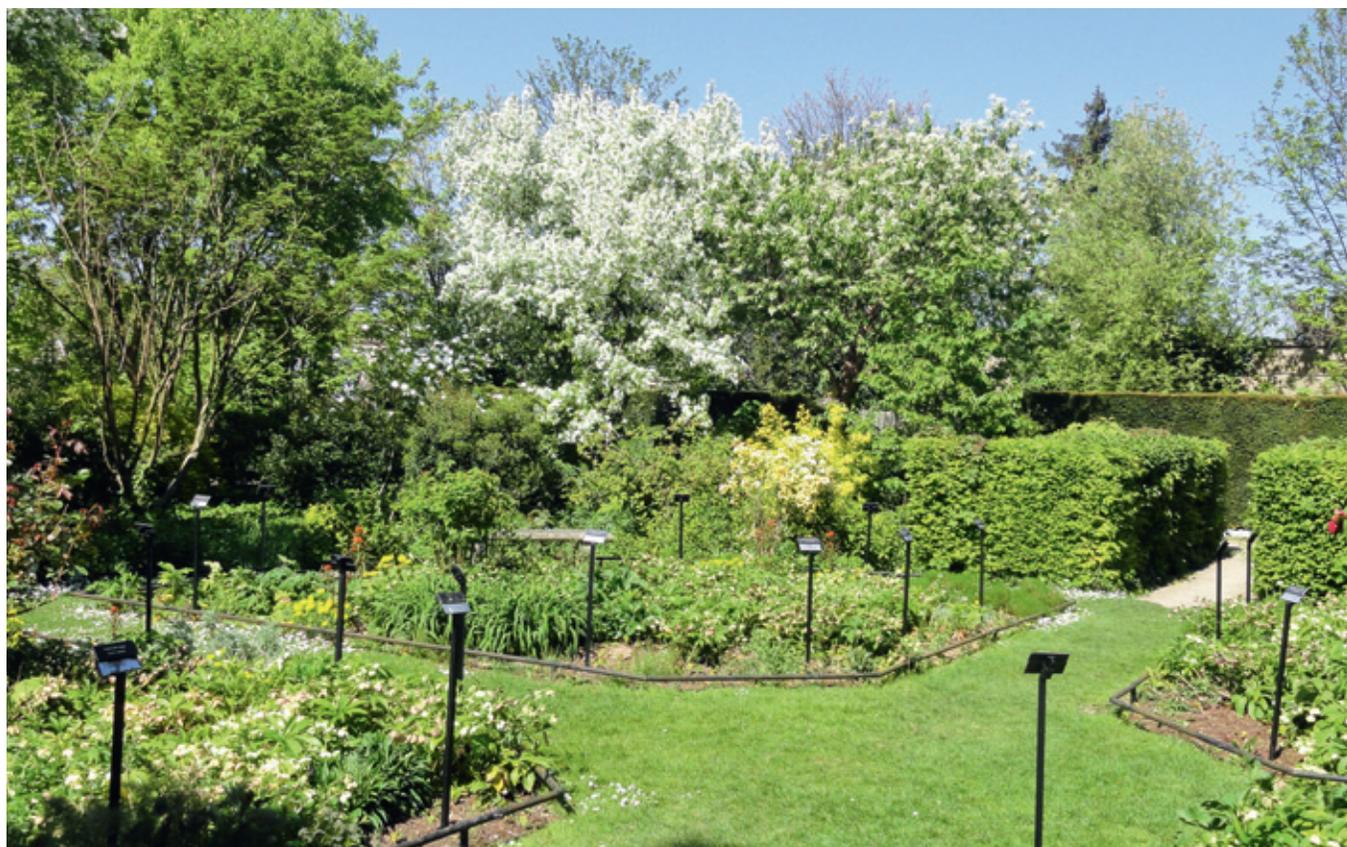


Texte : Laurent Pinon

Aider la nature à nous soigner

DEPUIS DES SIÈCLES, NOUS UTILISONS L'HORTICULTURE POUR NOUS SOIGNER.
LE DÉVELOPPEMENT DE JARDINS À BUT THÉRAPEUTIQUE DANS LES ÉTABLISSEMENTS
HOSPITALIERS ET PSYCHIATRIQUES, TOUT COMME DANS LE DOMAINE
DE L'INSERTION PROFESSIONNELLE D'ADULTES EN SITUATION DE HANDICAP,
CONTRIBUE À RAPPROCHER LES INDIVIDUS D'UNE NATURE SALVATRICE.





Le soin par les plantes est une pratique ancestrale. L'expérience du retour de la nature en ville montre les bénéfices du végétal sur le bien-être des individus. Une nature qui se veut ouverte et accessible à tous, comme ici (photo de gauche) le Jardin des Cinq Sens à Pontoise (© Pierre Poschadel), ou celui des senteurs à Salagon (© Service communication du Conseil départemental des Alpes-de-Haute-Provence).

Vers un urbanisme favorable à la santé

L'intérêt écologique des espaces de nature en ville n'est plus à démontrer. Tout aussi importants, leurs effets positifs sur la santé publique, avec des répercussions physiques, psychologiques et sociales, commencent à être reconnus grâce, notamment, au programme Villes-Santé de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), qui a débuté dans les années 1980. En France, le guide *Agir pour un urbanisme favorable à la santé*, édité en 2014 par l'École des hautes études en santé publique (EHESP) et le ministère des Affaires sociales, de la Santé et des Droits des femmes, explique que « de nombreuses études récentes s'accordent sur les multiples bénéfices des espaces verts sur la santé et sur la qualité de vie des populations. » Cette démarche pousse les acteurs de l'aménagement à entreprendre dans ce sens. Ainsi, en 2019, l'EpaMarne - EpaFrance se fixe comme priorité d'intensifier un urbanisme favorable à la santé, en collaboration avec l'Agence régionale de santé (ARS) d'Île-de-France. À Lyon, le promoteur Linkcity propose

Eurêka, un « îlot santé » avec, entre autres, un jardin thérapeutique. À l'approche des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, le concours Réinventer Paris 2 retient le projet de La Cité Universelle, conçu en portant une attention particulière aux personnes en situation de handicap, comprenant un parcours d'hortithérapie (la thérapie par le jardinage et l'horticulture), un potager de plantes médicinales et un jardin des sens.

Utiliser les plantes dans un but thérapeutique

Les jardins thérapeutiques n'ont rien de nouveau. Ironie de l'histoire, ces espaces étaient déjà présents dans certains établissements hospitaliers et psychiatriques du Moyen Âge, qui disposaient de grands jardins où étaient cultivées des plantes médicinales et potagères. En France, le développement de l'urbanisation, de la démographie et des besoins des sociétés a conduit les établissements de santé à se densifier, au détriment des extérieurs. Face à la prise de conscience des bienfaits de la nature sur la santé, de multiples acteurs

s'inspirent de l'hortithérapie pour accompagner la création de jardins à but thérapeutique, comme l'association Jardins & Santé.

Au-delà de la thérapie : l'agriculture urbaine

En dehors des établissements de soins classiques, les fermes peuvent aussi offrir un cadre éducatif grâce aux activités en lien avec la nature, comme c'est le cas de La Ferme des Vallées à Saint-Amant-de-Montmoreau, en Charente. Le lieu sert de foyer de vie pour des adultes déficients mentaux. Par ailleurs, les jardins sont aussi le moyen d'accéder à une insertion professionnelle pour des personnes en situation de handicap. Par exemple, la Ferme urbaine Nos Pilifs, au nord de Bruxelles, procure un emploi à 145 travailleurs en situation de handicap. Avec 13 millions de patients hospitalisés en 2017, d'après l'Agence technique de l'information sur l'hospitalisation (ATI), et 9,6 millions de personnes handicapées au sens large en 2011 selon l'Insee, déployer des espaces de nature en ville peut aussi aider à prévenir des maladies, guérir et, tout simplement, vivre.

Les milieux hospitalier et médical redéveloppent également les jardins pour les malades. Ici, le jardin Art, mémoire et vie, de l'hôpital Saint-Julien à Nancy, créé en 2010 (© CHRU de Nancy).

Ci-contre, le Jardin des 5 sens de Vouvant, en Vendée (© Charly Ge).



Des jardins à but thérapeutique

Depuis 15 ans, l'association Jardins & Santé soutient et développe la création de jardins thérapeutiques en milieux hospitalier et médico-social.

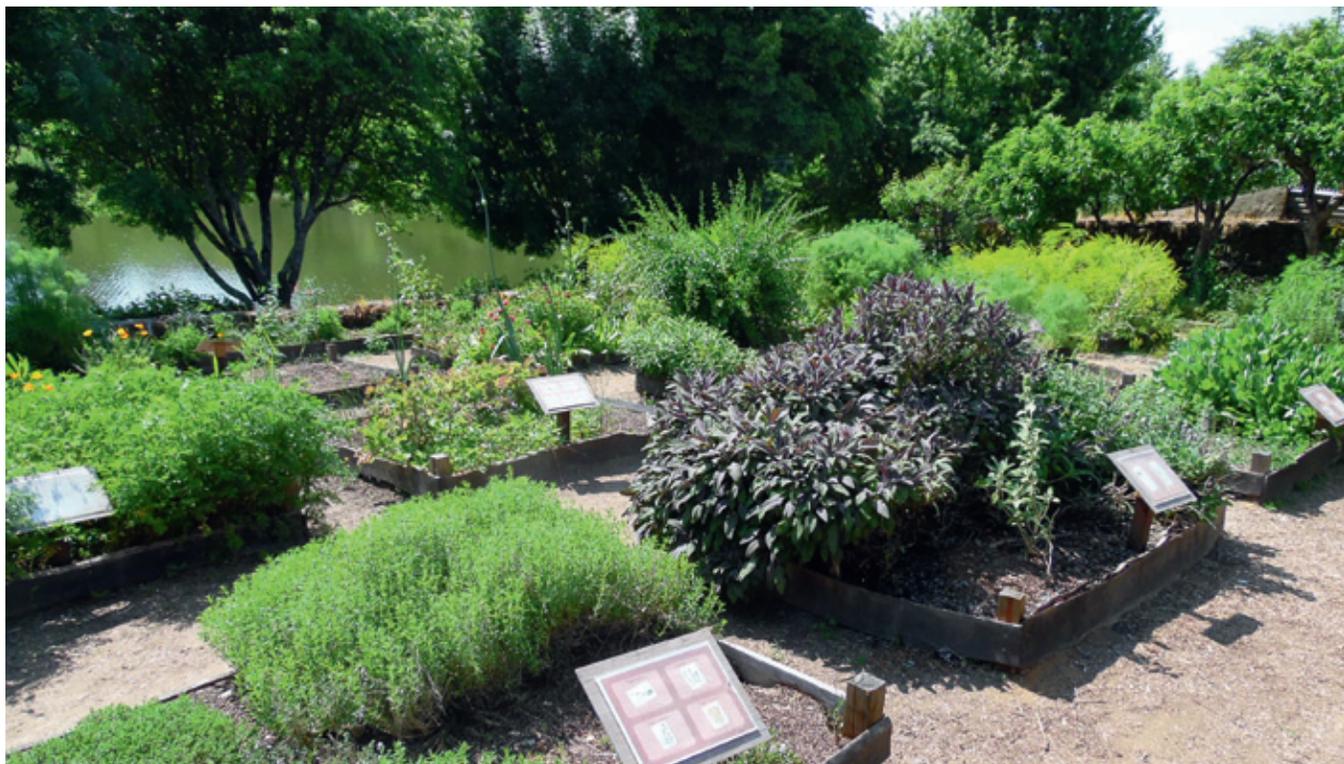
La création de cette structure a été initiée par une équipe de jardiniers (amateurs et professionnels), de personnels de santé, de paysagistes et de particuliers, qui, constatant les effets anxiogènes des séjours hospitaliers, ont souhaité ouvrir les portes des établissements de santé sur la nature. Ainsi, la finalité d'un jardin à but thérapeutique est que chaque patient puisse être en contact direct avec la terre et le jardin. La présidente, Anne Chahine, rappelle que ces jardins « existent depuis des années aux États-Unis, en Grande-Bretagne et au Canada, nourrissant les premières réflexions, alors qu'en France nous étions encore précurseurs ». En effet, les jardins thérapeutiques sont le support direct de l'hortithérapie, une

thérapie physique et psychique organisée autour de l'action du jardinage. Elle est représentée outre-Atlantique par l'American Horticultural Therapy Association (AHTA), qui a conceptualisé les caractéristiques d'un jardin thérapeutique en 1993. Dans un espace clairement identifié, sécurisé et accessible à tous, une composition lisible de l'espace doit permettre l'usage du site au milieu d'une profusion de plantes afin de favoriser les stimulations sensibles aux différentes saisons. À Portland, les patients profitent depuis 20 ans du jardin thérapeutique Stenzel de l'hôpital Legacy Good Samaritan, alors que, dans le même temps, une dizaine d'établissements de santé seulement candidaient aux premiers appels à projets de l'association, lancés avec les Fondations des Parcs et Jardins de France. Aujourd'hui, on estime leur nombre entre 70 et 150, allant des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) aux foyers d'accueil médicalisé et instituts médico-éducatifs. L'État s'est aussi ponctuellement saisi de la problématique dans le Plan Alzheimer de 2008-2012, en recommandant

de prévoir un jardin thérapeutique dans les structures pour les patients atteints de la maladie. L'ouvrage *Jardins thérapeutiques et hortithérapie*, publié en 2017 par l'écrivain et docteur en psychologie Jérôme Pélissier, expose les enjeux liés à l'aménagement d'un tel jardin, avec la notion de « double prendre-soin », car « la nature ne prend vraiment bien soin de nous qu'à la condition que nous prenions soin de son potentiel thérapeutique. »

Un conception collaborative nécessaire

Un jardin à visée thérapeutique répond à une conception spécifique, qui dépend des pathologies et de l'âge des patients qui vont l'utiliser. Comme le précise Anne Chahine, « le jardin sera différent s'il s'adresse à des patients handicapés moteurs qui ont des difficultés à se déplacer ou à des personnes dans un état de handicap mental qui ont, au contraire, besoin de se dépenser. » À la différence des États-Unis, où les jardins thérapeutiques sont souvent inclus dès la genèse de l'établissement de soins, en France, une partie des espaces



extérieurs doit le plus souvent être adaptée a posteriori, en respectant les contraintes d'exploitation existantes. Pour que le consensus soit le plus large possible, le cahier des charges est réalisé par les équipes sur place : conseil de vie sociale composé des soignants et familles, médecins, équipes médicale, soignante et administrative. Cela implique donc beaucoup de temps en fonction de la taille de l'établissement ; mais, pour l'association, instruite par l'expérience, c'est la condition sine qua non pour que le jardin perdure. Les paysagistes sachant mettre en œuvre un jardin à but thérapeutique restent encore peu nombreux en France, car, sans formation spécifique – à la différence des États-Unis –, ils doivent encore s'adapter au contexte. Le récent partenariat noué entre Jardins & Santé et l'École nationale supérieure de paysage de Versailles pourrait combler ce manque à l'avenir.

Des modèles pour chaque pathologie

Né en 2010, le jardin Art, mémoire et vie, de l'hôpital Saint-Julien à Nancy, est une

référence. Son originalité réside dans ses dimensions sensorielle et esthétique. Sur 3 800 mètres carrés, quatre zones thématiques stimulent les sens et les émotions des patients atteints de la maladie d'Alzheimer. À une autre échelle, une association de parents a fait construire, en 2008, un foyer d'accueil médicalisé pour adultes épileptiques avec son jardin, à Saint-Étienne-de-Saint-Geoirs (Isère). Il a été réfléchi avec les résidents qui, comme l'indique Anne Chahine, « bien qu'handicapés, ont des ressources incroyables et se sont mobilisés pour la création de ce jardin ». Les jardins existent aussi en milieu urbain dense, comme celui du Centre Robert Doisneau, dans le 18^e arrondissement à Paris. En 2014, l'agence Topager assiste pendant plus d'un an la Fondation hospitalière Sainte-Marie dans l'élaboration complexe du jardin sur les 500 mètres carrés de la toiture-terrace. Comme celle-ci n'a pas initialement été prévue pour cette installation, le jardin est adapté aux charges admissibles et pensé pour être démonté en moins d'une demi-journée si une intervention sur l'étanchéité

s'avérait nécessaire. En collaboration avec l'ergothérapeute, le plan est adapté pour répondre aux impératifs de mobilité de ce public spécifique, qui sont parfois plus exigeants que les normes d'accessibilité pour les personnes à mobilité réduite (PMR). Un tel projet est fait sur-mesure et avec les résidents. Les bacs de jardinage, dont les hauteurs sont différentes et ajustables d'une année sur l'autre, sont le résultat de cette itération. Enthousiaste, Nicolas Bel, expert en agriculture urbaine chez Topager, explique avoir joué avec la sensibilité sensorielle : « les plantes aux odeurs et textures différentes et des carillons servent de support aux ateliers. » Si l'aménagement des jardins thérapeutiques répond donc à des objectifs précis, il n'est pas sans rappeler celui des jardins pédagogiques, qui se multiplient dans les écoles et les parcs publics. Une preuve supplémentaire qu'avec ces espaces de nature en ville, c'est « prévenir et guérir ».

Pour aller plus loin

Jardins & santé - Des thérapies qui renouent avec la nature, sous la direction d'Anne Chahine, Éditions Petit Génie, 2017.



Le handicap au cœur d'une ferme

Au nord de Bruxelles, en Belgique, à deux pas de l'Hôpital Militaire Reine Astrid, la Ferme Nos Pilifs est devenue en 35 ans un lieu unique, catalyseur des actions croisant agriculture urbaine et insertion professionnelle des personnes en situation de handicap.

En tant qu'initiative exemplaire et inspirante intégrant les principes d'un développement durable au quotidien, la ferme remporte, en 2011, le Grand Prix des Générations Futures. Pour le projet Branche, qui valorise les déchets verts et mis en œuvre avec la coopérative citoyenne Coopeos, elle est lauréate Be Circular en 2018 dans le cadre du Programme Régional en Économie Circulaire (PREC). Lors de la Semaine Sans Pesticides organisée en mars dernier à Bruxelles, la ferme a accueilli la deuxième édition de la Foire du Jardin Naturel et recevra plus de 5 000 visiteurs en août à

l'occasion du Brussels Tomato Festival, mettant ainsi en évidence les compétences et savoir-faire des personnes handicapées. Une histoire passionnante, qui se construit depuis près de 50 ans.

Un écosystème autour du handicap

L'aventure commence en 1971, à 2 kilomètres de là, près du Parc Royal. Nelly Filipson, une infirmière marquée par les épreuves endurées par les parents d'enfants mentalement handicapés, monte le Centre d'accueil Nos Pilifs. Mais comment insérer professionnellement ces enfants qui grandissent ? En 1983, Benoît Ceysens, qui s'occupe d'eux dans le centre de loisirs créé trois ans plus tôt, fait le tour des institutions belges pour handicapés mentaux légers à modérés. « J'étais un peu atterré de voir qu'on leur proposait des activités particulièrement inintéressantes, le plus souvent des travaux à la chaîne pendant trois semaines, comme plier des papiers et les mettre dans une enveloppe. Je n'avais pas envie de les réduire à ça. Il y avait autre chose

à faire. » Ce sera sur les 5 hectares de la Ferme urbaine Nos Pilifs, dont Benoît Ceysens prend la direction en 1984, que le projet prendra forme. L'équipe imagine y élever des poulets et cultiver la terre. Avec quelques travailleurs handicapés, ils se lancent de manière artisanale et, au départ, comme amateurs. Précurseurs, ils commencent par cultiver des courgettes bio, dont la production est telle qu'ils ne savent qu'en faire. À la différence des établissements et services d'aide par le travail (ESAT), financés en France au titre de l'Assurance Maladie, la Ferme Nos Pilifs est une entreprise de travail adapté (ETA), où les travailleurs sont salariés. Elle doit donc disposer d'un modèle économique soutenable. L'agriculture est vite abandonnée pour l'horticulture. « Nous sommes restés connectés à la terre mais en faisant les jardins de nos voisins. » Avec une activité appropriée, le handicap de la personne s'efface et cette nouvelle orientation change le regard des habitants du quartier sur les travailleurs. Ils deviennent les « jardiniers », avec un rôle actif et une image sociale



La Ferme Nos Pilifs, au nord de Bruxelles, est devenue un lieu majeur pour la réinsertion de personnes en situation de handicap. C'est une entreprise florissante, comptant 145 travailleurs handicapés entourés d'une quarantaine d'encadrants (© Simon Schmitt ; Ferme Nos Pilifs).

positive. En parallèle, l'écosystème Pilifs prend de l'ampleur dans le nord de Bruxelles, répondant par des structures dédiées à chacun des manques constatés. Ainsi, La Maison des Pilifs accompagne depuis 1985 les personnes en situation de handicap dans les actes du quotidien et assure la gestion de logements autonomes ou encadrés. Pour les adultes dont l'activité en ETA ne peut s'envisager, le centre de jour Le Potelier des Pilifs est fondé en 1989. Puis, en 2012, c'est l'école Ados Pilifs qui a ouvert, à destination d'adolescents et de jeunes adultes souffrant d'autisme et de déficience mentale modérée à sévère. En 2015, la Villa Pilifs offre 20 logements collectifs pour les adultes dans l'incapacité de vivre de manière autonome. Enfin, en 2019, la crèche inclusive Les Piloux fait se côtoyer des enfants, qu'ils soient porteurs de handicap ou non.

Affirmation de l'agriculture urbaine

Aujourd'hui, la Ferme Nos Pilifs est une entreprise florissante de 145 travailleurs

handicapés, entourés d'une quarantaine d'encadrants intervenant dans toutes les activités mises en place au fil des ans. L'équipe de jardiniers propose toujours ses services d'entretien de jardins privés et publics. La société Solvay lui a confié 5 hectares des espaces extérieurs de son campus voisin. La gestion différenciée et écologique, moins chère que la tonte mécanique, a favorisé la biodiversité. Une jardinerie vend les plantes de la pépinière et des cours d'éco-jardinage sont disponibles. Une ferme pédagogique avec animaux et potager accueille les enfants pour des stages et visites scolaires. Un restaurant prépare une cuisine locale, tandis que l'épicerie bio vend des articles issus de circuits courts ou du commerce équitable, dont les produits de la ferme. Sous la marque Made in Pilifs, ils proviennent du maraîchage en permaculture, de la boulangerie bio, de l'atelier bio de production artisanale, avec une biscuiterie, et de l'atelier bois, valorisant les déchets de chantier. La création d'une conserverie prolongera même

bientôt la vie des légumes cultivés. Plus de 30 ans après l'avoir tentée, l'agriculture urbaine est devenue possible par la stratégie Good Food. D'une durée de cinq ans (2016-2020), cette politique publique volontariste de la Région de Bruxelles-Capitale vise à placer l'alimentation au cœur de la dynamique urbaine. L'une des priorités est le développement de la production alimentaire locale sur Bruxelles et sa périphérie, dans une approche écologique et innovante, pour atteindre une autonomie de 30 % en fruits et légumes à l'horizon 2035. Avec un pied dans l'environnement et l'autre dans le handicap, les actions de la ferme dans l'éco-jardinage et la permaculture sont uniques et bien identifiées par la Ministre du Gouvernement régional en charge de ces deux politiques. Mais l'aventure n'est pas finie car, avec tous les stagiaires qui se présentent, handicapés ou non, Benoît Ceysens imagine que la ferme pourrait devenir un centre de formation. Une belle perspective pour transmettre ces savoir-faire et savoir-être inclusifs.