

## SOMMAIRE

<p><b>Le concept de jardin enrichi, une voie prometteuse pour développer une thérapie efficace sur les pathologies liées à l'âge</b></p>	1
<p><b>LA VIE DES OFFICES</b></p>	
<p>ACPA</p>	3
<p>GIP CANNES BEL ÂGE</p>	4
<p>CENTRE DE RÉFLEXION GÉRONTOLOGIQUE</p>	4

### Le concept de jardin enrichi, une voie prometteuse pour développer une thérapie efficace sur les pathologies liées à l'âge

*Introduction aux travaux de recherches menés conjointement par le bureau d'études O Ubi Campi ([www.o-ubicampi.com](http://www.o-ubicampi.com)), le pôle gériatrique de l'Hôpital Charles Foix (APHP) et le Laboratoire d'Éducation et pratiques en Santé (LEPS – Université Paris 13).*

Qu'ils aient été des Lettrés dans la Chine du XI<sup>e</sup> siècle, des Moines sur l'Île de Kyushu au XVII<sup>e</sup> siècle, des Lords anglais dans le comté du Kent au XVIII<sup>e</sup> siècle, des amoureux de nature au Festival des Jardins à Chaumont sur Loire, ils ont chacun dans leur culture et leur civilisation, assouvi à travers le jardin une quête et une stimulation des frontières de leur imaginaire.

#### Un peu d'histoire :

##### **Les jardins de Babylone**

Leurs ruines ne furent jamais retrouvées et pourtant il suffit de les évoquer pour faire surgir une fresque mythique. Cette fresque chevauche sur des jardins extraordinaires suspendus composés de vergers et de potagers irrigués par des vis sans fin puisant les eaux de l'Euphrate. La dimension imaginaire associée aux jardins de Babylone a renforcé son caractère mythique.

##### **Les jardins persans**

L'image de ces jardins qui a traversé l'histoire est celle de la précision et de la symétrie des alignements, mais aussi le faste de la végétation, l'abondance des fruits et la richesse des ornements paysagers. Le mot persan désignant un espace clos, en l'occurrence un jardin, était « pairi-daeza » - terminologie qui s'est transmise sous le nom de paradis.

##### **Les jardins des Lettrés chinois au XI<sup>e</sup> siècle**

Les jardins de Lettrés chinois ne jouent pas avec l'imaginaire, ils sont l'imaginaire. Ils ne se lisent et ne se comprennent qu'à travers les rêves, l'imagination ou les récits des voyageurs qui parlent de paysages rencontrés. Ces jardins rassemblent le monde et le représentent ; ils sont le centre de gravité de l'imaginaire, la projection d'une vision du monde dans un monde plus petit.

##### **Les jardins médiévaux**

Ces jardins du Moyen Age ont retrouvé un souffle et une idéalisation à l'époque contemporaine. Ils deviennent l'expression d'une nostalgie d'un paradis disparu, d'une époque où loin des souffrances et des turpitudes du monde, des communautés religieuses organisaient un monde parfait. Cette nécessité de rendre visuel un monde parfait s'était faite d'autant plus impérieuse que l'Église romaine se devait de rendre lisible ses rites, ses dogmes auprès de la population principalement analphabète.

D'autres civilisations, d'autres cultures pourraient alimenter ici, cette perception que le jardin se faisant le réceptacle d'un monde idéal, il lui fut vite acquis qu'il portait par essence toutes les vertus et en particulier celle de soigner.

Cette perception était tellement ancrée, qu'elle permit à la fin du XIX<sup>e</sup> et jusqu'en 1943, la construction de 250 sanatoriums en France, promettant de soigner la tuberculose par l'« isolement sublime dans la nature ».

#### Réalisation :

OAREIL

(Office Aquitain de Recherches, d'Études, d'Information et de Liaison sur les problèmes des personnes âgées)

3 rue Lafayette, 33000 BORDEAUX

Tél. 05 56 79 96 41

[www.oareil.org](http://www.oareil.org)

[oareil@wanadoo.fr](mailto:oareil@wanadoo.fr)

## **Le syndrome de manque de nature**

Pour beaucoup, il n'était pas vain de croire que le jardin pouvait soigner de tout, professant ses vertus aux larges étendues. Face au patient en souffrance, le praticien se doit d'être précis et pertinent. Lorsqu'il faut soigner des maux, le jardin-médecin se fait bien souvent ombre, et ne devient que le suppléant discret, que l'on appelle au secours, si les pratiques ordinaires se révèlent vaines.

Il y avait donc une question essentielle qui restait bien souvent sans réponse. Quelle est la place et le rôle du jardin, dans la pratique en santé ?

Richard Louv en 2005, y offrit un premier élément de réponse en décrivant dans son livre « Last Child in the woods », le syndrome de manque de nature. Cette approche souligne combien le fait d'être coupé de la nature altère la capacité de chacun à se structurer mentalement et physiquement. Il prend notamment exemple sur la situation d'enfants polyhandicapés, vivant depuis leur plus jeune âge dans des « coquilles sanitaires ». Cette rupture existe aussi dans le quotidien des patients et des résidents en EMS, forgés par l'architecture hospitalière et dont la fragilité n'encourage guère à s'aventurer à l'extérieur. Le jardin alors, avant d'être soignant, offre aux personnes âgées, aux handicapés, aux patients ce petit îlot de liberté et de nature, qui compense l'espace d'une sortie, des privations que les murs souvent austères ne peuvent pas offrir.

Ainsi le jardin en hôpital ou en EHPAD que l'on a volontiers qualifié de thérapeutique, ne fait avant tout – et c'est déjà beaucoup – que compenser la « pauvreté » de l'environnement hospitalier.

## **L'environnement enrichi**

En 1946, D. Hebb, neuropsychologue à l'Université de McGill met en évidence les bienfaits d'un environnement enrichi sur le développement du cortex cérébral, et des capacités cognitives de souris. Il réalise également des expériences sur un environnement appauvri pour le compte de la CIA, qui en développe une technique de torture efficace. De nombreux travaux suivirent mettant en évidence dans le cadre d'études solides, le potentiel thérapeutique d'un environnement enrichi sur des rongeurs en cage : s'agissant de la maladie d'Alzheimer, des troubles anxieux, de l'autisme, des troubles psychomoteurs des parkinsoniens, de la perception de la douleur, du lien social, des lésions cérébrales, du sommeil. Plus de 300 publications scientifiques accréditent l'impact positif d'un enrichissement ciblé de l'environnement sur des pathologies spécifiques.

## **Le jardin enrichi**

Les études cliniques exploratoires mises en œuvre par les équipes O Ubi Campi comparèrent deux groupes de patients en EHPAD, à un stade avancé (10 > MMS < 20) de la maladie d'Alzheimer. Le premier groupe (n = 40) sans y être contraint, ne fréquentait pas de jardin, le second groupe (n= 41) fréquentait un jardin sensoriel et ergonomiquement adapté. L'intervention conduite sur 6 mois avec pour le groupe 2, une fréquentation d'un jardin 4 fois par semaine pendant un min. de 15 mn, ne démontra aucune différence entre les deux groupes sur les échelles évaluant les troubles cognitifs (MMSE), l'autonomie fonctionnelle (ADL) et la prévention des chutes (Up n Go, Station unipodale), les troubles du comportement (NPI). C'est en s'inspirant des résultats obtenus sur l'environnement enrichi, que le concept de jardin enrichi fut développé.

L'espace du jardin pour de multiples raisons, et notamment pour toutes celles énumérées plus haut, se présentait comme l'espace idéal pour y transposer cette notion d'enrichissement. L'enrichissement fut matérialisé par des modules, mobiliers spécifiques dont les caractéristiques peuvent se résumer ainsi :

- S'intégrer dans le jardin comme s'ils y avaient poussé naturellement.
- Être adaptés à un usage et une interaction avec des personnes fragilisées, sans nécessiter l'accompagnement par un tiers.
- Prendre en charge un trouble identifié spécifique du sujet âgé.

Ces éléments répartis judicieusement dans le jardin, se devaient d'agrémenter la promenade en offrant des expériences neuro-cognitivo-comportementales variées. Ainsi, au lieu de limiter la fréquentation du jardin, à une simple déambulation, le jardin enrichi était conçu et mis en œuvre avec trois critères précis :

- Encourager la fréquentation par un aménagement paysager concourant à une invitation permanente.
- Faciliter l'appropriation par un travail sur l'amplification de la stimulation sensorielle et la valorisation de sa bienveillance vis-à-vis du résident.
- Offrir des activités diverses par un enrichissement sollicitant une interactivité voire une proactivité du sujet âgé.

C'est ainsi que furent conduites les premières études cliniques évaluant l'efficacité d'un jardin enrichi en fonction de cibles thérapeutiques définies - les modules d'enrichissement étant testés en

fonction de leur compatibilité avec une appropriation intuitive par le patient.

Les résultats très encourageants ouvraient la porte à un vaste champ de médiations thérapeutiques ; en effet là où les groupes 1 et 2, ne présentaient aucune différence significative en faveur d'un jardin sensoriel, un groupe de patients Alzheimer (n =40) fréquentant un jardin enrichi révélaient :

- Une récupération de capacités cognitives (MMSE + 1).
- Une récupération d'autonomie fonctionnelle (ADL+0,3).
- Une réduction du risque de chute.
- Une amélioration des troubles du comportement (en particulier troubles anxieux, agressivité, agitation).
- Une réduction des troubles du sommeil.

Chacun de ces résultats étant obtenus à la suite d'un enrichissement ciblé du jardin sur les objectifs retenus.

La poursuite des efforts de recherche s'avérait alors nécessaire pour mieux accompagner et encadrer le jardin enrichi dans sa médiation avec le patient. Pour ce faire, un jardin laboratoire (Living Lab') sera mis en œuvre au sein du pôle gériatrique de l'hôpital Charles Foix. Il permettra à la fois d'affiner la conception et le rythme d'utilisation du jardin en fonction du profil des patients, mais aussi d'être un outil de formation et communication sur les bonnes pratiques à adopter pour sa valorisation en EHPAD.

Etienne Bourdon, Gériatologue  
Doctorant en Santé publique - [www.o-ubicampi.com](http://www.o-ubicampi.com)

## LA VIE DES OFFICES

### ACPA Ajaccio

En partenariat avec la CRESS Corsica et l'OCCE Corse-du-Sud, des représentants de l'ACPA ont effectué une intervention auprès d'élèves de CM2 de l'école primaire de Mezzana. Le directeur de notre association, accompagné d'une auxiliaire de vie sociale et d'une aide-soignante de notre structure, ont échangé avec les enfants sur les valeurs et fondamentaux qui animent la vie de l'ACPA et de l'ESS.

Mot d'élève : « Vous êtes comme une béquille pour les personnes âgées ».

#### Les services de l'ACPA

- *Service d'aide et d'accompagnement à domicile :*

L'ACPA peut intervenir de manière ponctuelle (après une hospitalisation ou pour garder des enfants, par exemple) ou durable pour assurer tout – ou partie – des tâches que les personnes ou les familles ne peuvent accomplir.

*(Intervention en tant que prestataire et mandataire)*

- *Service de soins infirmiers à domicile :*  
Sur prescription médicale, les salariés de l'équipe soignante : infirmier(es), aides-soignant(es), aides médico-psychologiques, assurent une surveillance médicale et effectuent :

- Diagnostic infirmier – Vérification des constantes.
- Pansements, injections – perfusions sous cutanées.
- Préparation et surveillance du traitement thérapeutique.
- Soins d'hygiène et de confort.
- Prévention (chute, déshydratation ...).
- Soutien moral et psychologique.

Ils sont prodigués, en collaboration avec le médecin traitant, de manière organisée et coordonnée, par du personnel qualifié, diplômé et encadré.

*(Intervention en tant que prestataire).*

- *Service polyvalent d'aides et de soins à domicile*

Le SPASAD a pour vocation de coordonner et de favoriser la complémentarité des aides et des soins à domicile dans le cadre d'une prise en charge globale en :

- Favorisant l'organisation du retour à domicile après une hospitalisation.
- Assurant la continuité et l'efficacité de l'accompagnement à domicile.
- Mobilisant les compétences adaptées en fonction des besoins (ergothérapeute, diététicien, psychologue, etc...).

- *Service de téléalarme*

La téléalarme permet de mettre en contact une personne avec un opérateur en cas de problème à domicile (chute, malaise...).

Le service de téléalarme offre un appareillage simple d'utilisation relié à une centrale d'écoute, basée en Corse et opérationnelle 24h/24.

La centrale d'écoute alerte les référents, détenteurs des clés du domicile de l'appelant, ou les secours d'urgence.

*(Intervention en tant que prestataire)*

ACPA - [direction@acpa.corsica](mailto:direction@acpa.corsica)

## GIP Cannes Bel âge

La ville de Cannes, au travers du groupement d'intérêt public Cannes Bel Âge, créé en 2004, conduit une politique ambitieuse et dynamique en faveur des personnes de plus de 60 ans qui vise à rompre leur solitude. Cette structure, animée par 80 salariés et vacataires ainsi que par 150 bénévoles propose, tout au long de l'année, dans huit clubs répartis sur l'ensemble du territoire communal, de nombreuses prestations axées sur l'animation, la prévention et la restauration. 11 000 adhérents ont ainsi la possibilité de participer à 90 ateliers (45 sont gratuits). La grande diversité des activités possibles et un rapport qualité-prix imbattable font de Cannes Bel Age un organisme d'exception incontournable au service des aînés.

Cannes Bel Âge, c'est 112 activités dont plus de 80 gratuites, animées par des professionnels ou des bénévoles à votre service afin d'assouvir une passion, découvrir un nouvel univers, l'instruire, la distraire.

### Plus de 20 conférences vous attendent

Chaque année des conférences prononcées par des spécialistes et des bénévoles. Ils font partager leurs connaissances à la pointe de l'actualité culturelle et scientifique.

Qu'il s'agisse de s'évader avec un conférencier globe-trotter, d'étudier l'histoire de la peinture ou de la musique, d'apprendre à bien se nourrir ou à entretenir sa mémoire, voire se documenter sur n'importe quel sujet, la brochure conférence est là pour permettre de phosphorer avec d'autres.

Le service prévention de Cannes Bel Âge est chargé de mettre en place des activités stimulantes sur le plan psychologique et social, ceci en fonction des risques majeurs liés à l'avance en âge. Il s'agit selon l'organisation mondiale de la santé de préserver les capacités existantes, de retarder l'arrivée de la dépendance et d'en limiter l'aggravation. Ce projet global concerne tous les aspects de la vie : santé, psychologie, physique environnement et habitat.

L'équipe du Service Prévention est composée de deux psychologues et d'une animatrice spécialisée mémoire.

GIP CANNES BEL ÂGE  
contact.cannesbelage@orange.fr

\*\*\*\*\*

## Centre de réflexion gérontologique Puy en Velay

Des activités variées et originales au bénéfice des seniors et de la jeune génération. Tel a été le constat à l'issue de l'assemblée générale de l'association en sa qualité d'Office départemental des retraités et personnes âgées.

Activités régulières et ponctuelles.

Toujours fidèles à sa mission première « apprivoisez l'avancée en âge, par un bien-être physique, mental et social le meilleur possible », l'association a poursuivi ses activités régulières : cours de langues vivantes, danses folkloriques, adaptation aux technologies nouvelles. Et des activités ponctuelles, grâce à l'appui financier de « l'assurance-maladie », de « La Mondiale » : groupe de dentellières, éducation physique adaptée (public et résidents EHPAD), actions intergénérationnelles.

Dans ce domaine, trois heureuses initiatives peuvent être citées, à savoir une séance de poneys offertes aux enfants (3 à 6 ans) du Rezo Camp de Brioude, un véritable support thérapeutique et éducatif aux résultats prometteurs ; des séances « théâtre » à des adolescents services pédo-psychiatrique (CH à Sainte-Marie), avec de très bons résultats, et des cours de dentelle offerts à 14 élèves CE2 école Michelet. Et ceci, dans le cadre des rythmes scolaires, sujet intéressant particulièrement Laurence Bouilhol, représentant le maire du Puy-en-Velay à cette assemblée. Les élèves, contents de leur expérience, ont chacun conservé l'œuvre réalisée : un papillon en fils de couleurs.

Outre un bref exposé sur une pratique de culture physique douce et la projection d'une vidéo sur le voyage à Londres de quelques-uns des anglicistes, l'accent fut mis sur l'avenir 2017-2018 et la volonté de l'association de poursuivre ses actions.

CENTRE DE RÉFLEXION GÉRONTOLOGIQUE  
assoc.crg.lepuy@wanadoo.fr

### Pour La Lettre n°133

Merci de nous adresser le plus rapidement possible vos articles, communiqués... concernant la vie de votre office

**Date limite : 18 mai 2020**