



# LA GAZETTE DES THÉRAPIES MÉDIATISÉES N° 10

*Le chemin parcouru !*



**Avril 2018- Mai 2018**

# SOMMAIRE

✓ L'EDITO	Page 3
✓ LE MOT DE LA REDACTION	Pages 7
✓ LA PAGE DU JOUR	Page 9
✓ L'ART-THERAPIE SOURCE D'AMELIORATION ?	Pages 10
✓ DE L'INITIATION A L'EXPRESSION	Page 13
✓ MESSE DE NOËL 2017	Pages 14
✓ LE LIVRE OBJET 2018	Page 17
✓ CARNAVAL 2018	Pages 18
✓ LA PAGE DES POEMES	Page 21
✓ LE MOT DE LA FIN	Page 23

La gazette vous est présentée par :

- **l'équipe de rédaction des patients** : Audérée, Marie-Louise, Serge, Eliane, Dominique, Isabelle

- **Jean-Marie JANKOWIAK** Art-thérapeute aux thérapies médiatisées, animateur de l'activité.

- **Eric Bex** pour la reprographie



Ce numéro 10 de *La Gazette Thérapies Médiatisées* sort tardivement... Votre éditorialiste du jour en est le seul responsable. Atteint d'une pathologie temporaire et localisée de "procrastination aiguë", il s'est tourné en clinicien de base vers une auto-analyse, appelée par d'autres "introspection", voire "méditation" à visée curative. La résultante, conflictuelle s'il en est, tient en deux points ; l'un général et l'autre plus personnel.

En effet, quoi de plus banal et insipide qu'un éditorial en lequel s'entrecroisent badineries, narcissisme institutionnel bien conduit, encensement socio-culturel sans oublier les patients et soignants, acteurs essentiels de cette gazette. Bref, rien qui ne puisse conduire le praticien et l'universitaire rompu à l'écriture vers un report extrême. Sauf peut-être que tous les éditoriaux parus depuis le numéro 5 de la Gazette sont tout, sauf banaux ! Tenter de se rassurer en laissant naître la cognition interne que personne ne lit ce type d'entrée en matière serait un leurre grossier lorsqu'on en connaît l'impact pour les patients, leurs entourages, les soignants et bien d'autres encore.

Le "mal" serait-il plus profond, plus internalisé et historisé ? "*Affirmatif*" comme disent nos militaires ou encore un certain Serge Gainsbourg dans l'une de ses mélodies "*No comment*"...

Inscris dans la culture aveyronnaise du bassin houiller de Decazeville, des entités telles que Carmaux, Albi, La Mure et d'autres ont longtemps résonné dans mon enfance comme des lieux de diaspora potentielle. Curieusement, le maître d'œuvre de La Gazette, Jean-Marie Jankowiak, porte un nom Polonais, avec des consonances oh combien familières pour mes oreilles, tant cette communauté, tout comme celle Espagnole, s'enrichissait mutuellement avec les autochtones dans un plaisir à être, à travailler ensemble.



Que le lecteur se rassure, ce brin d'auto-analyse contextualisante s'interrompt ici pour souligner que "*la procrastination (créative)*" trouve ses origines dans ce que Graham Wallas (un des théoriciens du processus créateur) appelait "*les freins/résistances à la créativité*", avec en phase suivante "*l'incubation*" (pour les œnologues, "la fermentation"), puis "*l'Euréka*", cette sorte de trouvaille libératoire et enfin "*la mise au dehors*", en l'occurrence l'écriture dont Didier Anzieu dans un de ses ouvrages majeurs "*Le corps de l'œuvre*" nous montre toutes les facettes de jouissance et de mise en danger de soi comme de l'autre.

Chacun comprendra, après ce détour, que cet éditorial est autant passionnel qu'éventuellement lyrique, voire caustique par moment, même si l'objectivité vient à s'y immiscer. Bref, une histoire de culture et de miroirs qui tel un hasard (singulier, comme il se doit) se manifeste par :

- une participation aux *Journées de Printemps de la Société Française de Psychopathologie de l'Expression* organisées par le Professeur Pierre Moron sur le thème de "*L'Autoportrait*" en 1986. Curieusement, la pléiade d'intervenants de haut niveau (Guy Besançon, Alfred et Françoise Brauner, Jean Broustra, Michel Escande, François Granier, Guy Roux, Jacqueline Verdeau-Paillès, Christophe André, etc.) ne réalisera aucune référence à Benjamin Pailhas et à la Fondation Bon Sauveur<sup>1</sup>. Quels sens donner à cette dramaturgie ?

- une invitation avec le Professeur Pierre Moron, (alors Président de la Société Française de Psychopathologie de l'Expression et d'Art-thérapie) le 14 mai 2002 à *la projection "Les œuvres de la collection du Dr Benjamin Pailhas"*. Comme d'habitude, le départ de l'hôpital La Grave (Toulouse), via Albi devient une aventure... Notre retard initial se transforme en une arrivée quasi à l'heure compte tenu que la dite BMW du Professeur a une consommation identique à 180 km/h comme à 130 km/heure alors...

Le film, malheureusement non commercialisé encore aujourd'hui, présente la Collection Benjamin Pailhas de 1900 à 1936 avec sobriété et brio. Il s'en suit un débat avec Alain Pauzié (Artiste) qui présente parallèlement une *exposition Art Brut/Art Singulier* avec Adam Nidzgorski (Peintre et Illustrateur) à l'Athanon-Scène Nationale d'Albi, en partenariat avec la Fondation Bon Sauveur d'Alby, la Maison de Quartier de Cantepau, le Comité Albigeois de Solidarité avec les Réfugiés, le Foyer d'Accueil Spécialisé André Billoux de Sérénac et le Foyer d'Hébergement du CAT de Gaillac.

En soit, les partenariats sus évoqués signent une nouvelle entrée de la Collection dans la culture et la clinique psychiatrique. D'ailleurs le 27 mars 2008, Monsieur Georges Moleins, Président du Conseil d'Administration et Monsieur Christian Brunet, Directeur Général du B.S., inaugurent *la Collection d'Art Brut 1900-1936 de Benjamin Pailhas* avec une programmation des ouvertures au public. Depuis, écoliers, publics spécialisés et autres se pressent pour découvrir cette collection inédite, démontrant les facultés de résilience offertes par la créativité face à la folie et à l'enfermement. Faut-il parler d'un art asilaire ou simplement d'expression et/ou de création de (sur)vie ?

Le Musée Benjamin Pailhas devient progressivement un lieu refuge et de réflexions pour beaucoup. Mais d'autres, moins soucieux de réaliser contrairement à ce qu'ils clament, des liens entre l'illustre passé du Bon Sauveur et l'actualité des art-

---

<sup>1</sup> La totalité des interventions de ces journées a été publiée dans la revue *Psychologie Médicale* 1987, vol 19, n°9.



thérapies, viennent se mettre en scène dans des films type mi-culte de la personnalité/mi-culture scientifique à l'insu de ceux qui prolongent l'œuvre de Benjamin Pailhas par un accompagnement au quotidien de la créativité et processus créateur des patients. Parfois même la Collection voyage, qui à *la Halle Saint Pierre* à Paris, qui à New York dans une *exposition d'Art Outsider* ; le tout sans émissaire local susceptible de transmettre l'hier et l'aujourd'hui des patients du Bon Sauveur, dommage!

Devons-nous voir là une simple résultante de clivage entre l'art psychopathologique, l'art-thérapie et les thérapies médiatisées ? Ou tout simplement une méconnaissance, voire une négligence d'un patrimoine hautement culturel ?

Parallèlement à toute cette mouvance, les thérapies médiatisées du B.S. d'abord présentées dans une plaquette intitulée "*thérapies institutionnelles*" ont gagné leurs lettres de noblesse tant spatialement qu'avec des ateliers et dispositifs spécifiques les individualisant de la classique (mais non moins nécessaire) ergothérapie. Dans cette aventure, les soignants tels que Isabelle Canovas, Catherine Philippe, Abderrahim Mekhfi, Jean-Marie Jankowiak et d'autres ont œuvré sans relâche.

Face à l'adversité, parfois même à l'incompréhension ponctuelle médico-administrative, l'équipe actuelle des Thérapies Médiatisées n'a eu de cesse de se former, de faire superviser leurs pratiques et d'élaborer des projets. Dire que l'équipe des trois infirmiers d'origine s'inscrit pleinement dans le décret de compétences de leur profession, précisant qu'ils peuvent mener des techniques de médiation à visée thérapeutique, psychothérapique, sociothérapique individuelle ou de groupe (cf. Décret R.4311-6 et 4311-7), est un euphémisme.

D'ailleurs, "*Liaisons*", le magazine trimestriel du B.S. ne s'y trompe pas. Quasi tous les numéros évoquent, narrent, transcendent l'activité des thérapies médiatisées. Quand on veut bien s'arrêter sur le fait que quelques 150 patients par semaine traversent les ateliers, les budgets alloués pour tel ou tel projet, parfois jugés trop grandiose par certains, deviennent quasi ridicules dès lors que "*les bonnes divisions*" (celles du primaire) entrent en jeux/je.

Il est inutile de se laisser aller à un quelconque élan dithyrambique pour louer les thérapies médiatisées du B.S. et leurs acteurs. Les faits parlent d'eux-mêmes avec quantités et qualités de réalisations ouvertes sur et avec la ville : *les Journées du Patrimoine, le Printemps des Poètes, de multiple expositions, la Chapelle des Médiations, les Chars pour le Carnaval, la Gazette des médiations, etc.*

Arrêtons-nous simplement sur le Char 2018 du B.S. pour le Carnaval local. Objet de passion institutionnelle (et donc de débat passionnel), il fut à la fois primé par la Préfecture et la Municipalité mais aussi complimenté par Monsieur Gilbert Hangard. Projet monumental s'il en est, il a conféré soin et prospective de vie à nombre de patients pendant des mois.

Ce char, comme celui des années précédentes, constitue à lui seul *une œuvre collective muséable*, aux côtés d'une quantité d'autres créations à même de devenir le deuxième grand volet de la Collection du Bon Sauveur. Toutes ces réalisations s'inscrivent dans la réussite d'une véritable *psychothérapie institutionnelle*.

Quant à *La Gazette des Thérapies Médiatisées* (le n°1 date de juillet 2015), placée sous la houlette de Jean-Marie Jankowiak, elle offre aux patients une aire d'expression, de dépôt, de mise en visibilité/lisibilité et de reconnaissance socio-créative contribuant à leur qualité de vie. Faut-il que chaque numéro soit l'objet d'un doute sur sa possible



fabrication et diffusion ? Nos patients n'ont-ils pas besoin d'objets et situations pérennes pour se construire ? Certes, Isabelle, Abderrahim et Jean-Marie sont tout aussi pugnaces que créatifs. Leur signifier par des voix/voies, autres que célestes, reconnaissances et aides dans leurs actions pourraient conduire à une sérénité de fonctionnement dont les patients profiteraient encore davantage.

Peut-être faudra-t-il à l'instar des Rencontres Internationales SIPE-AT (Société Internationale de Psychopathologie de l'Expression et d'Art-thérapie), Fondation Bon Sauveur d'Alby et SIP (Société de l'Information Psychiatrique) consacrées en 2014 au thème "*Thérapies médiatisées et hôpitaux de jour : Quels enjeux aujourd'hui ?*" envisager une nouvelle manifestation scientifique ciblée sur la question des patrimoines et de la modernité des thérapies médiatisées ?

La recherche en sciences humaines, psychiatrie et art-thérapie est certainement un des moteurs pour étayer toute cette dynamique créative avec une mutualisation des moyens, des expériences et des compétences pour édifier un pôle d'excellence dans une institution dynamique.

Gageons que l'initiative de Monsieur Gilbert Hangard de promouvoir *un Espace Muséal* pour accueillir les œuvres des ateliers des thérapies médiatisées d'aujourd'hui et la Collection Benjamin Pailhas, rencontre un large écho et soutien de partenaires. Doter la région Occitanie d'un *Musée d'Art Brut et d'Art-Thérapie* sur et avec l'étayage de la Collection Benjamin Pailhas à la Fondation Bon Sauveur d'Alby n'est pas une simple fiction...

Réunir le passé et le présent dans un même lieu permet d'envisager des lendemains qui chantent. Le Bon Sauveur est fort de ses acteurs des thérapies médiatisées, de son association APAPA et de partenaires bienveillants prêts à œuvrer l'ensemble.

Bon vent à la Gazette et aux Thérapies Médiatisées  
de la Fondation du Bon Sauveur d'Alby.

Pr. Jean-Luc Sudres

Professeur de Psychologie (Psychopathologie Clinique)  
Docteur en Psychopathologie - HDR en Psychologie  
Psychologue Clinicien - Psychomotricien - Art thérapeute  
Responsable Pédagogique du D.U. Art-Thérapies  
Université Toulouse Jean Jaurès



# LE MOT DE LA REDACTION



**Dominique**

Je suis arrivée à une période de ma vie où mon destin devrait être solidement ancré, mais voilà la maladie en a décidé autrement. Depuis ma petite enfance j'ai été marquée par l'absence de mon papa disparu lorsque j'avais 9 ans. J'ai bien essayé d'y faire face, malgré tous mes efforts je n'y suis toujours pas arrivée. A l'aube de la soixantaine cela semble aller mieux. Bien sûr on vit toujours des injustices ou du moins c'est l'impression que l'on en a, c'est plus facile que de se remettre en question. Comme beaucoup d'entre nous j'ai eu des hauts et des bas, j'ai sans doute voulu obtenir trop de choses...Maintenant je prends le bon côté des choses, je suis devenue pragmatique. Je sais jusqu'où je peux aller et quand je dois m'arrêter afin que ma vie ait le sens que je veux lui donner, je suis consciente que c'est un exercice difficile !



**Audérée**

Ce qui est important n'est pas le but mais le chemin pour y arriver ! C'est ce que disait mon père lorsque nous étions petits et que nous voulions aller à la mer pour les vacances...De mon passé il ne reste que des brides, qui reviennent de temps en temps comme sorties de nulle part... De bons souvenirs nostalgiques aux expériences formatrices, des valeurs de vie inculquées très tôt, entre éducation et l'imprévisible qui parfois nous écorche et reste gravé en nous. De mon passé j'ai été, de mon présent je suis là et pour futur, je n'ai que l'incertitude doublée d'une certitude incertaine !



**Jean-Marie**

Quand je me retourne et que je fais ma propre analyse, je ne peux que m'étonner du chemin parcouru, des épreuves dépassées. De réussites en échecs ma personne s'est formée, sculptée au gré des événements pour devenir ce que je suis aujourd'hui. Paradoxalement malgré ma prise de poids on me dit que je me suis affiné ! Effectivement le temps à passé et alors ? Des regrets ? Parfois...mais à quoi bon ?! De toute façon nous n'avons plus d'emprise sur le passé, pas plus que nous ne referons pas le monde. La réalité présente est ce qu'elle est, il nous faut apprendre à composer avec, en faisant simplement de bons choix. Ce n'est qu'à cette condition il me semble, que l'on peut trouver la sérénité. L'essentiel est désormais devant, une découverte, une création de tous les instants et ça c'est la vie !



**Serge**

Au début mon parcours de vie paraissait simple, un mariage, trois enfants, du travail, une vie sans encombre, que demander de plus ? Puis est arrivé le divorce, les problèmes avec mon employeur, ma fille s'est mise à faire des crises d'épilepsie, autant d'épreuves que j'ai essayé de dépasser tant bien que mal. Le bonheur a refait surface, j'ai rencontré ma nouvelle amie, elle m'a apporté un certain équilibre. Avec elle je souhaite me remarier et laisser mes problèmes de côté. Aujourd'hui les épreuves de la vie m'ont appris qu'il fallait faire davantage confiance aux autres et arrêter de se prendre la tête pour rien !





**Marie Louise**

Je me souviens, 1956 quand nous fuyions la guerre d'Algérie, notre accueil dans un petit village de la Gironde, Mai 68 qui m'éveilla à la contestation, aux inégalités sociales, puis ce besoin d'indépendance, de sortir du joug paternel, de réussir ma vie, la naissance de mes 3 enfants dont je suis fière, mon travail d'infirmière, un dur métier! Survient ma rencontre avec « le crabe » qui arrêta net ma carrière professionnelle, tout s'accélère, s'écroule, ma vie flanche, je suis au fond du trou! Puis un lieu: La Fondation du Bon Sauveur d'Albi, l'art-thérapie où des hommes et des femmes me ramènent sur le chemin. A la soixantaine je ne suis pas riche, mais j'ai repris la route. Il n'y a plus d'obstacle, de voie sans issue, qui ne soit insurmontable, mais une formidable rencontre avec moi-même. Je me sens vivante et impatiente de découvrir ce que me réserve l'avenir !



**Eliane**

J'ai vécu heureuse avec mes sœurs et mon cousin que nous avons adopté jusqu'à l'âge de 15 ans, année où mon père est décédé. Par la suite c'est devenu plus compliqué, ma mère est partie à son tour et la dépression a pris le dessus. J'étais complètement déstabilisée, je ne savais plus quoi faire, jusqu'à ce que je rencontre le Dr. SINGUIN qui m'a aiguillé vers les thérapies médiatisées. Là on m'a aidé à reprendre goût à la vie, à réaliser de belles choses. J'ai retrouvé mon sourire et je me sens plus apaisée. Aujourd'hui j'ai moins peur et je suis curieuse de voir ce que me réserve l'avenir !



**Isabelle**

Je suis à l'âge mûr de ma vie. Mon chemin a été chaotique, mais rempli d'amour jusqu'au jour où j'ai perdu une grande partie de ma famille. Cela a commencé quand j'avais 6 ans alors que ma mère est tombée gravement malade, depuis j'ai peur de perdre ceux que j'aime. Entre temps la maladie m'a rattrapée. Cadre dans la fonction publique, j'ai été mise en invalidité. Pour moi j'ai raté ma vie, j'en éprouve une grande souffrance. Partout où je regarde je ne vois que des gens malheureux, abandonnés par les leurs. Je suis très seule, je me sens inutile, comme ces anciens que l'on met en maison de retraite et que l'on oublie.

Aujourd'hui je souhaite déménager et revenir sur Albi, poursuivre ma thérapie pour sortir de ma dépression, redevenir la femme de communication que j'étais et qui sais, trouver l'homme de ma vie ?





# LA PAGE DU JOUR



Par Auderée



## L'ART-THERAPIE SOURCE D'AMELIORATION ?

### (Témoignages)



*Janine*

J'ai été hospitalisée suite à une rupture familiale douloureuse. Lors de ma première séance j'étais en demande de contact avec des personnes qui ne me jugent pas mais qui essaient de me comprendre, sans parti pris. C'est ce qui s'est passé. Il s'est créé avec les soignants une complicité, accompagnée de conseils, de patience et de beaucoup d'humour. Cela me paraît fondamental pour sourire à la vie et y reprendre goût. C'est un peu comme si je retrouvais une famille. Petit à petit j'ai commencé à aimer ce que je faisais. En conclusion je peux dire que j'ai davantage confiance en moi et que je reprends ma vie en main !



*Eliane*

Je suis venue aux thérapies médiatisées pendant mon hospitalisation. D'abord j'ai été très impressionnée quand j'ai vu ce que les autres patients faisaient, je ne pensais pas pouvoir en faire autant. Il faut dire que maman ne m'a jamais valorisée, avec elle même mes amies étaient toujours meilleures que moi, alors depuis je doute. Encore aujourd'hui je trouve le travail des autres mieux que celui que je fais. Pendant ces deux années j'ai eu l'occasion de rencontrer et d'apprécier les personnes qui fréquentaient ces ateliers. Je n'ai jamais manqué une séance, c'était vital pour moi. Aujourd'hui je suis contente de cette expérience (pourvu que ça dure), depuis peu j'ai pris conscience de certaines choses qui me bloquaient !



*Cédric*

Suite à un grave accident de voiture et après une longue rééducation, j'ai accepté d'intégrer les thérapies médiatisées afin de m'aider à retrouver mes facultés, concentration, mémoire... J'étais aussi désireux de découvrir l'art sous toutes ses formes. Au cours des premières séances j'étais très fatigué et diminué à la fois physiquement et psychologiquement. Avec le temps j'ai appris à mieux connaître les soignants et les autres patients, à élaborer des projets. Je peux dire que je me suis épanoui à raison de 2 séances par semaine pendant 2 années. Le bilan est positif, j'ai retrouvé bon nombre de mes facultés. Les thérapies m'ont ouvert l'esprit. Il ne me reste plus maintenant qu'à trouver une nouvelle voie pour me réaliser et m'épanouir !





**Eric**

Ce qui m'a attiré, ce sont les activités créatrices à la fois multiples et quotidiennes. Lors de ma 1<sup>er</sup> séance je me suis trouvé face à une nouvelle façon d'aborder l'expression et la création, cela m'a plus. Je viens aux ateliers depuis 3-4 ans cela m'oblige de poursuivre jusqu'au bout ce que j'entreprends. De par ma pathologie j'aurai tendance à abandonner en cours de route, à m'éparpiller. Je reconnais que l'art - thérapie me fait du bien même si mon état demeure en dent de scie !



**Nathalie**

J'ai intégré les thérapies médiatisées suite à une rupture familiale et des problèmes financiers. La situation était difficile, il m'a semblé que cela m'aiderait à la dépasser. Lors des 1<sup>ères</sup> séances j'étais dans un état second puis petit à petit j'ai repris le cours de la réalité des choses, en même temps que je sortais de ma solitude. Depuis j'ai repris confiance en moi, je réalise des œuvres artistiques et je partage des moments avec d'autres personnes. Aujourd'hui mes soucis sont derrière moi, je me sens libérée de toutes ces contraintes qui entravaient ma vie, je peux dire que je vais bien. L'art-thérapie a été et continue d'être une source d'apports positifs qui améliore mon état !



**Marie- Louise**

Quand j'étais en activité professionnelle, j'ai été sensibilisé à ce mode de thérapie. J'ai toujours éprouvé le besoin de faire quelque chose de mes mains. Créer, m'investir dans l'art faisait parti d'un de mes projets pour la retraite. Puis il y a eu l'hospitalisation et bien malgré moi, une opportunité ! Lors des 1<sup>ères</sup> séances j'avais besoin de disparaître aux yeux de tous et plus particulièrement de celui des hommes. Les premiers échanges verbaux se sont fait à partir d'échanges sur les techniques ou savoir-faire, ça ne paraît pas mais indirectement cela créé des liens. Je viens depuis juillet 2015 à raison de 3 séances/ semaine. Aujourd'hui je m'implique de plus en plus dans les projets, je prends plaisir à travailler à plusieurs. Je me sens épanoui, je participe à la vie de mon quartier, mon suivi psychiatrique s'espace dans le temps, mon traitement chimique est allégé, je ne suis plus sous curatelle, je me sens vivante !



**Auderée**

Je participe aux thérapies médiatisées depuis 2008. Les soignants se sont succédés tout comme les lieux ainsi que les différentes appellations...Depuis 2 ans je viens 3 jours/ semaine et participe à plusieurs ateliers (cuisine, polyvalent, printemps des poètes, écriture). Je ne me souviens plus dans quel état je me trouvais lors de ma 1<sup>er</sup> séance et aujourd'hui je ne saurais rien dire de plus que: Je suis perdue. Au premier abord les activités me permettent de combler le temps, sans que ce ne soit pour autant juste occupationnel, c'est primordial ! L'accueil prend en compte les difficultés de la personne avec une certaine adaptation et acceptation de ce qu'elle est par ceux qui nous entourent. Peut-être pourrais-je dire que cela contribue à une meilleure confiance en soi, de rompre avec la solitude...En conclusion faute d'amélioration, les ateliers demeurent vitaux et complémentaires, ils évitent ou du moins ralentissent, une chute devenue à on sens, inéluctable !





**Dominique**

Les thérapies médiatisées ont été un bon palliatif à mon mal-être. Cela fait maintenant 2 ans que je participe et c'est de mieux en mieux. Le personnel m'a mis en confiance et peu à peu je me suis lâchée à faire des œuvres un peu gauches au début, c'est vrai mais qu'importe ! Ce n'est pas au premier abord que l'on se réalise. C'est un long chemin guidé par un personnel à l'écoute, qui sait nous prodiguer des conseils adaptés au moment où il le faut. Le bilan est donc très positif et je ne peux que remercier un personnel si aidant !



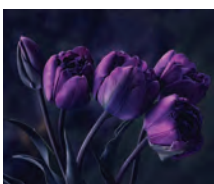
**Serge**

J'ai été orienté par le CMP d'Albi car j'avais tendance à m'isoler et à ne pas parler. Au début j'étais un peu angoissé de rencontrer de nouvelles personnes, mais rapidement j'ai pris plaisir à faire puis à revenir plus souvent, cela fait bientôt 2 ans. Aujourd'hui je vais mieux et j'arrive à discuter !



**Ewa**

J'ai été admise à l'hôpital pour un épisode dépressif, j'ai demandé à intégrer les thérapies médiatisées. Je me sentais acculée, sur une voie sans issue, isolée, abandonnée. Rapidement je me suis sentie bien dans les ateliers. Les animateurs me proposaient de relever des défis auxquels je pouvais répondre. Pendant 2 ans, j'ai bénéficié d'un nombre important de séances et j'ai repris goût à créer. Cela me rappelait mon enfance, mon père était professeur d'arts plastiques, je me sentais ressusciter artistiquement et personnellement. J'ai appris à admettre la vérité sur moi-même et oser la dire, à choisir ce que j'aimais et ne pas m'encombrer de ce qui ne me convenait pas, à retrouver un élan créatif. Progressivement j'ai espacé les séances. Aujourd'hui je me prends en main et je crée chez moi, j'ose proposer mes productions aux autres, je n'ai plus peur. J'ai beaucoup de reconnaissance envers les infirmiers, je considère que ce fut un privilège de pouvoir profiter de cette mesure thérapeutique. Quand je pense aux moments passés aux ateliers, cela provoque chez moi un sentiment de bonheur !



**Isabelle**

Je ne pensais pas que ce type de thérapie pouvait fonctionner sur moi, or il en fut tout le contraire. Mon entourage ne cessait de me prendre pour une « intellectuelle » et je devais laisser de côté tout ce qui était manuel. Fin 2016 j'ai été hospitalisée, on m'a proposé de participer aux ateliers médiatisés. Un peu d'angoisse au début, je me suis dit : « pourquoi pas ? ». Rapidement j'ai ressenti ce besoin, cette envie de créer...Entre temps le CMP de Gaillac m'a obligé à arrêter. J'ai de nouveau été hospitalisé et j'ai réintégré les ateliers. Les 3 infirmiers qui animent sont présents, à l'écoute des patients et très pédagogues. Ils ne jugent pas, nous orientent et nous conseillent si besoin. Je me sens heureuse d'y participer, j'arrive de nouveau à m'exprimer. Mon être vibre, chaque fibre de mon âme a besoin de ces séances de création, de liberté, d'expression, de communication ; d'amitié, de soutien en bref d'humanité ! Ici on retrouve les vraies valeurs qui n'auraient jamais dues disparaître. Donc oui l'art thérapie est source d'amélioration !!!





## DE L'INITIATION A L'EXPRESSION

En milieu psychiatrique *la spontanéité de l'expression n'est pas à la portée de tout le monde*. Comme le disaient **J.P KLEIN** et **J.L SUDRE**, une fois confrontés à l'objet médiateur proposé, nombre de patients vont présenter des *mécanismes de « défense/résistance »* (Je ne sais pas faire ! Je n'y arriverai jamais ! Je me prend trop la tête !...). Cela va nécessiter de la part du thérapeute *d'élaborer une stratégie de contournement de la difficulté, de mise en confiance*. Paradoxalement *une fois que le processus de création est amorcé la personne se surprend d'être en capacité de pouvoir faire*, d'accéder à ce qui, peu avant lui paraissait inaccessible. *Cela se traduira bien souvent par un lâcher prise somato-psychique* (Je n'aurais jamais cru pouvoir faire cela ! Je me sens apaisé ! Qu'est-ce que j'ai pu pleurer ! Maintenant je me sens vidé ! C'est assez pour aujourd'hui !...). Cependant outre ses réactions psychiques, *le patient ne peut cependant s'exprimer au delà des limites de ce qu'il sait faire, de ce qu'il maîtrise*, la méconnaissance, l'inconnu étant générateurs d'angoisse. Ce qui sous entend qu'*à un moment de sa vie, un apprentissage aussi minime soit-il lui a été concédé* (langage, écriture, marche, dessin, peinture, socialisation, mode de vie...).

Ainsi Mozart n'est pas devenu spontanément le génie musical que l'on connaît. Son père lui-même excellent musicien l'avait très tôt immergé dans un milieu propice à l'expression et à la création musicale. Raison pour laquelle *le thérapeute devra dans un premier temps identifier et évaluer le potentiel latent du patient pour l'aider ensuite à le renforcer, voire l'améliorer*. En effet si *l'expression spontanée à l'état brut, sans consigne est efficace et profitable dans les premiers temps de l'hospitalisation* ou en état de crise, elle *tourne rapidement au répétitif, voire au rébarbatif dès que la personne se stabilise*. Celle-ci disparaît alors rapidement du circuit sans pour autant avoir réglé sa problématique. Entre en scène *le savoir-faire du thérapeute* qui doit de par son *expérience* et sa *maîtrise technique* des activités qu'il encadre, *proposer au patient* qui le souhaite *des indications nouvelles, voire une initiation à des techniques complémentaires* qui lui permettront de promouvoir son expression créatrice. *Le soin en art-thérapie ne s'arrête pas seulement au constat ou à l'identification d'une problématique. Nous devons sans cesse proposer et adapter les outils nécessaires en vue d'une progression constante, personnalisée et novatrice*, afin que le patient puisse se projeter de lui-même *vers un devenir possible*.

JANKOWIAK Jean-Marie





## LA MESSE DE NOËL 2017

*Dix mois furent nécessaires pour réaliser ce travail. 6 patients se sont relayés sans relâche pour mettre de la vie sur un panneau de bois. Ce fut une belle aventure qui nous permis de travailler sur les notions, d'équipe, de collaboration, d'entraide, de réflexion, de recherche, de créativité, de don de soi.*

Après quelques mois passés aux thérapies médiatisées *ces usagers avaient déjà acquis une bonne autonomie*. De fait, je suis très peu intervenu sur cette réalisation.

Un grand merci à *Véronique, Serge, Nathalie, Claudine, Marie-Louise, Dominique*, qui ses sont pleinement impliqués dans ce travail et qui, d'une même voix on décidé d'en faire don à l'aumônerie pour la messe de Noël. Votre travail et le résultat qui en découle démontre une fois de plus, *combien la foi en ce que nous sommes, en ce que nous faisons, en ce que nous vivons, est toujours porteuse d'espoir et nous aide à dépasser nos propres limites !*

*Jean-Marie*



« Un temps de préparation long, partagé entre boule au ventre et euphorie. Offrir à la foule les méandres de mes pensées, de mon moi profond. L'importance du choix des mots afin qu'ils soient le plus juste possible et ne heurtent personne. Le texte est venu facilement de part mes notes cumulées au cours de ces 10 derniers mois. Parler technique, du travail effectué en équipe, mettre en avant les autres, cela m'a été assez facile. Je deviens alors intarissable, une véritable déferlante que j'ai du mal à contenir, à condenser. Certes notre offrande s'adressait à un lieu de culte. Ce sont des endroits où je rentre facilement quels qu'ils soient, église, temple, synagogue ou mosquée. J'ai un profond respect pour les bâtisseurs et les pensées qu'ils véhiculent.

Tout d'un coup la chapelle me semble immense, avec un auditoire très concerné et concentré. Mes jambes flageolent, ma voix si claire et si forte habituellement se meurt. L'usage du micro est plus que nécessaire, le silence est assourdissant. Dès la fin de l'intervention un bien-être se distille en moi, mon rythme cardiaque s'apaise. Le tableau illumine la chapelle, lui si imposant dans les ateliers me paraît bien petit en ce lieu, il aurait gagné à être plus imposant. Il attire le regard, le toucher.

L'accueil a été plus que chaleureux, un tel soutien m'apporte un réel réconfort, une reconnaissance qui me vivifie dans mon nouveau choix de vie et mon implication au sein des ateliers médiatisés. Un seul regret ne pas avoir transmis en amont le texte à la personne qui traduit en langage des signes ».

*Marie-Louise*

« Une grande partie de l'équipe était présente, c'était important pour nous d'être là. A la fin de la messe il y avait beaucoup de personnes autour du tableau qui prenaient des photos et posaient des questions sur le mode de réalisation. Il était bien placé, mais me paraissait bien petit dans une si grande salle. Nous avons été bien accueillis, cette journée n'a été que du bonheur ! »

*Eliane*

« Cette journée fut pour moi tout un symbole ! A savoir remettre une œuvre provenant des ateliers à l'aumônerie, alors que personne n'est sensé savoir exactement ce que nous sommes capables de faire en groupe avec chacun nos spécificités. Je reconnais que Marie-Louise a eu du cran de parler en public. Cela demande une préparation préalable et un certain courage. Il faut vaincre son trac mais quand c'est fini je pense que l'expérience est gratifiante. L'ambiance durant tout le déroulement de la messe était très conviviale. Je pense que le tableau avait toute sa place lors de la célébration, il fut très plébiscité ! »

*Dominique*

« Ce fut un moment de partage et de recueillement important pour moi surtout quand a été annoncé notre fresque. Elle est venue illustrer et animer l'office religieux, j'étais heureuse de partager avec d'autres le fruit de notre travail ! »

*Nathalie*



# La soirée en images



C'est bientôt notre tour !



Il est à qui ce beau sourire ?



Mes genoux font un drôle de bruit !



Je me suis mise dans une drôle de galère !



Quand je suis lancée, on ne m'arrête plus !



Permettez que je prenne une photo ?



Il faisait plus grand aux ateliers !







## PRINTEMPS DES POETES 2018

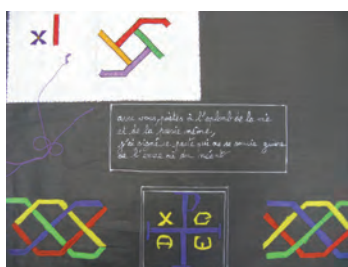
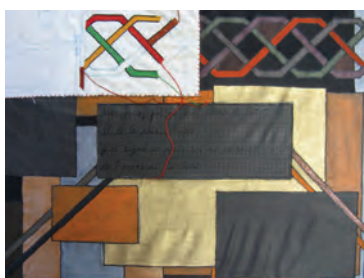
Par Isabelle CANOVAS

En 37 séances, 9 patients ont fabriqué le livre objet textile répondant au thème de ce 20<sup>ème</sup> printemps des poètes « L'ARDEUR », qui viendra à son tour compléter la collection commencée en 2013. Composé de 7 pages de couleurs différentes, de broderies d'ornement, de pergamines... Pour cela nous nous sommes inspirés de l'œuvre d'André VELTER, tant de soleil dans le sang et d'un de ses poèmes, soif et cendre.

Ce livre sera exposé à la médiathèque d'Albi du 03 au 17/03/2018. Nous vous invitons à venir le découvrir dans le hall de l'administration du Bon Sauveur du 20/03 au 21/04/2018.

Ce projet permet d'ouvrir le champ de l'écriture à de nouveaux modes d'expérimentation et d'exposer le travail réalisé en atelier dans la cité. Un tel travail permet à la personne de s'affirmer, de se projeter, de s'impliquer. Il s'agit d'une mise en situation incitative de curiosité, d'élan, de réactivité, de résolution de problèmes, avec des moyens matériels dans un but esthétique.

### Le livre en cours





## LE DEFILE CARNAVAL 2018

Pour la *6ème année* les *patients* inscrits au service des Thérapies médiatisées ont participés au carnaval d'Albi. *15 patients (Intra et extra)* ont coopérés pour réaliser, chacun selon ses moyens cette œuvre collective qu'est le fameux *MOTEUR à CAROTTE*.

*1500 heures* sont chaque année nécessaires pour réaliser un char avec un *budget de base de 1300€* que nous dépassons rarement, le surplus éventuel étant pris sur le budget des thérapies. *Mais dans la pratique de l'art, quand on aime on ne compte pas !* Le résultat est là et c'est une belle réussite, de la Direction, à la Mairie, aux Personnalités de carnaval, aux Personnels du Bon Sauveur, à la Foule des badauds, l'appréciation est unanime.

Mais *un tel succès* est aussi le *fruit d'une étroite collaboration avec les services techniques de la Fondation* sans lesquels nous n'aurions pu mener à bien notre entreprise. Nous sommes restés admiratifs devant de telles prouesses techniques et nous remercions *Monsieur RAYNAL* et *son Personnel* pour leur implication et la gentillesse avec laquelle tout le monde est venu nous prêter « main – forte ! ».

Merci également à *M. FRAYSSINET*, *M. ROUANET*, à cet *ANONYME*, pour avoir mis à notre disposition cette superbe remorque. *Le Bon Sauveur à pu avoir cette année son char attitré et 6 patients ont pu vivre l'expérience du défilé dans son intégrité !* Plus besoin de démonter entre deux tours ce qui engendrait de « la casse » et une perte de temps pour réparer puis remonter. Nous n'oublions pas *les membres de l'APAPA* et son Président *M. BRUEL* qui répondent chaque année présents au moment du défilé (un petit clin d'œil à *Mme RENARD* particulièrement active au cours de cette manifestation).

Nous exprimons notre profonde gratitude à *Madame GUIRAUD CHAUMEIL* Maire d'Albi, *Monsieur GAUDEFROY* Délégué à la culture, *Monsieur FARGE* Directeur du cabinet du Préfet, *Monsieur RESSEGUIER* Vice président du carnaval d'Albi, pour leurs encouragements à continuer cette aventure et bien évidemment *Monsieur HANGARD* Directeur des établissements pour son soutien indéfectible depuis 6 ans !

*« Il n'y a pas à dire en jouant groupé nous sommes beaucoup plus fort ! »*



## L'aventure en photo



50 mètres de guirlandes



Un travail en collaboration



Sympas les gars du garage !



Arrivée des chars à 10h



Le moteur à carotte c'est toute une philosophie !



Monsieur HANGARD, Monsieur FRAYSSINET et quelques membres de l'APAPA avaient fait le déplacement





Notre chauffeur était super sympa !



C'est parti mon kiki !



Madame le Maire et son 1<sup>er</sup> adjoint ont apprécié



Deux inventeurs du moteur à carotte



Rien de mieux qu'un bain de foule !



Et de finir en beauté avec un trophée décerné par la ville !





## LA PAGE DES POEMES

Un regard, une rencontre, un été, un sourire. Un numéro, un mail, une attente, un souvenir.  
Un appel, une voix, un début, un rencard. Un horaire, un endroit, un verre, un espoir.  
Une terrasse, un café, un dialogue, un moment. Un soleil, une lumière, un cœur, un battement.  
Une seconde, une minute, une heure, un plaisir. Un au revoir, une prochaine, une promesse, un désir.  
Un après, une durée, une patience, un silence. Un doute, un pourquoi, un regret, une distance.  
Un retour, une surprise, un déluge, une marée. Une suite, une envie, un projet, une soirée.  
Une pleine lune, une virée, un instant, une pulsion. Un frôlement, un baiser, une magie, un frisson.  
Un accroc, un avenir, une force, une destinée. Une étoile, un poème, et le verbe aimer.  
Maintenant je vais m'aimer avec plus de force, pour cette destinée que j'arrive à voir.  
Aimez-vous, là est la réponse !!!

*Lydie*

Cours, cours, cours encore, tu es passé par ici, tu passeras par là.  
Mais vas-tu t'arrêter de souffler ?  
Tiens voilà un estaminet pour éteindre ta soif.  
Il était temps, profite de ce moment et vois passer le temps.  
Déguste chaque gorgée, à chaque instant.  
Dieu que c'est bon, mais il faut repartir.  
Cours, cours, cours, jusqu'à la fin du jour.  
Pour qu'enfin tu te reposes auprès de ta compagne jusqu'à demain où.  
Cours, cours, cours, pour que tu ne vois rien, pour que tu ne fasses rien que.  
Cours, cours, cours, jusqu'à la fin des temps.  
De ta vie, de ton temps !

*Eric*



*Et (un jour) au bout du chemin...*

Comme au bout de la vie OÙ l'espoir n'est plus permis OÙ ne demeure que l'ennui  
OÙ les envies sont parties OÙ le plaisir s'est enfuit Pourvu qu'il n'en soit pas ainsi.

Comme toucher du bout des doigts La terreur et l'effroi L'horreur même parfois  
La peur, plus qu'on ne croit Un cauchemar vivant, en moi Peut-on vivre tout cela à la fois ?

Comme au bord du vide, du précipice Le néant non factice Un obscur dessein, me frémisse  
Un trou noir sans matrice Une vie, un futur dont je ne serais plus actrice Se peut-il être désespérément,  
aussi triste ?

Comme si, comme si déjà morte C'est cela en quelque sorte De sorties ni d'espoir, plus aucune porte  
Une maladie incurable que l'on colporte Est-ce cela qu'il faut que je supporte Jusqu'à la fin de mes  
jours, ou d'à n'en être plus forte ?

*Audrée*

*Vivons la vie !*

Abandonnons au passé, les misérables guenilles de nos souffrances d'antan  
Et ne gardons présent à l'esprit, que l'infini sagesse de leur enseignement,  
Car la vie qui continue, se réalise, et ne s'arrête jamais  
Ne puise sa substance que dans la totale acceptation  
De notre instant présent !

*Jean-Marie*



# LE MOT DE LA FIN



Ouverture sur la vie, à tout un chacun, la gazette continue son chemin de vie au rythme des péripéties qui se succèdent. Son utilité auprès des patients n'est plus à démontrer comme en témoignent leurs récits. Elle demeure cet espace où la parole se libère, où l'inconscient se révèle au travers d'un travail collectif induisant lui-même cet esprit de compagnonnage indispensable à toute avancée humaine. Nous apprenons à partager nos expériences, nos émotions, libérés de tout esprit de compétitivité. A égalité entre tous, quelles que soient nos difficultés, nous bénéficions d'une écoute attentive à nos propos, à notre mal-être et tenons entre nos mains un précieux outil qui nous aide à réorganiser notre pensée.

Nous sommes pleinement conscients que cette gazette ne pourrait être sans le *soutien* et l'*ouverture d'esprit de notre hiérarchie*, ainsi que l'*appui de personnalités grandement impliquées dans le soin* telles que le *professeur J.LUC SUDRE* aujourd'hui. Nous ne pouvons qu'être flattés du regard que posent de telles personnes sur notre travail, il nous aide à renouer avec notre envie d'exister et ce sentiment, comme le disait D.WINNICOTT que la vie vaut le coup d'être vécue !

Un grand merci à vous tous !!!