

LA GAZETTE DES THÉRAPIES MÉDIATISÉES



N°13



<< La liberté d'expression ! >>



FONDATION
BON SAUVEUR D'ALBY

avril 2019 - mai 2019

Sommaire

✓ L'édito	Page 3
✓ Le mot de rédaction	Page 4
✓ La page du jour	Page 7
✓ l'Art-Thérapie au service du soin par Pascaline	Page 8
✓ Les modalités d'accueil aux thérapies médiatisées	Page 9
✓ L'Aubade albigeoise, une réalité !	Page 10
✓ Le défilé carnaval 2019 en images	Page 12
✓ Folire 2019	Page 15
✓ Une nouvelle création pour l'aumônerie !	Page 17
✓ La page des poèmes	Page 19
✓ Le mot de la fin	Page 20

La gazette vous est présentée par :

- L'équipe de rédaction des usagers : Carine, Martine, Dominique, Eliane, Serge, Saliah, Marie-Louise, Pascale, Martine, Auderée
- Jean-Marie JANKOWIAK Infirmier et Art – thérapeute.
- Eric BEX pour la reprographie.



" L'édito "



Vous allez parcourir une revue originale, pleine de couleurs, d'imagination et de libre expression.

C'est d'autant plus réjouissant que ces productions artistiques sont assurées par des personnes « aliénés » par une pathologie mentale.

Ce terme d'aliéné n'est en rien péjoratif même s'il a été utilisé avec mépris pour des êtres en souffrance.

Il témoigne en fait de l'envahissement du champ de la pensée par des idées souvent incompatibles avec un véritable épanouissement individuel.

Et là, lorsque vous ouvrez ces pages, vous découvrirez qu'il existe des richesses individuelles qui peuvent éclore, soutenues par la structure d'un atelier, et dans un contexte de plaisir.

Plaisir et liberté s'expriment le plus souvent au sein d'un groupe où chacun à son histoire, ses souffrances mais aussi et surtout sa propre personnalité.

Nous sommes ici hors du champ du jugement, hors du champ des contraintes.

La liberté d'expression artistique est une véritable part de liberté que peut retrouver le malade psychiatrique.

Continuons à lui offrir cet espace du « possible ».

Docteur Elisabeth FERRIER

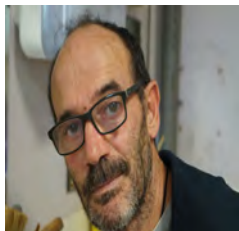
- Médecin psychiatre

- Médecin responsable du

dispositif Famille Gouvernante

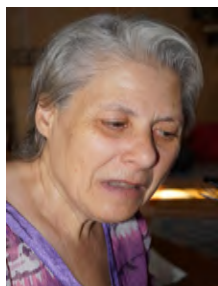


Le mot de la rédaction



SERGE

Pouvoir dire tout ce que l'on ressent, aborder tous les sujets de la vie, l'expression est un droit qui nous aide à développer notre personnalité. Quand nous sommes malades, elle nous permet de communiquer et de demander conseil auprès du corps médical. La technologie de plus en plus sophistiquée palie à nombre de handicaps et permet de restaurer la communication. Mais nous avons toujours besoin de parler pour communiquer. Un geste, un simple regard en disent parfois plus que des mots. Personnellement je ne suis pas de nature à parler beaucoup, mais je garde ma liberté de penser et de m'exprimer quand c'est nécessaire. Le plus important sont pour moi mes actes et c'est par eux que je n'ai que la liberté que je mérite.



MARIE-LOUISE

Nous pouvons nous exprimer de plusieurs façons, verbalement, par l'attitude, le regard, le mime, le dessin, la peinture, la musique... La liberté d'expression garanti nos droits, notre existence active dans la société afin de ne plus subir et de devenir les bâtisseurs d'un monde plus juste. La maladie, le handicap sont souvent synonymes de diminution, voire de perte de communication et d'autonomie. Ils réduisent souvent la personne au silence, au risque de l'isolement, du « laissé pour compte ». Par le biais de l'art-thérapie, j'ai repris confiance en moi, ma vie a repris son cours. C'est désormais sans complexe que je donne libre cours à ma créativité et mon expression.



ELIANE

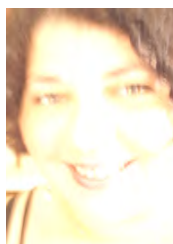
S'exprimer est une œuvre d'art composée avec des mots et des gestes appropriés, mais pas seulement. Il y aussi le langage du corps, les œuvres que l'on réalise en atelier, les peintures, les dessins, qui eux aussi remplacent le langage courant et expriment aussi bien nos sentiments. L'expression sert à échanger avec les autres, par petites touches au début. Moi je ne communique pas assez, je suis mal à l'aise lorsqu'il y a trop de personnes, je ne trouve pas les mots et parfois cela me rend triste. Mais quand j'y arrive je retrouve le sourire, je reprends confiance en moi, je suis heureuse, je me sens libre.





JEAN-MARIE

Etre et ne plus paraître. Libérons-nous de nos peurs illusoire, des tabous, des conformités préétablies. Acceptons et adoptons nos propres « handicaps », renouons avec notre vérité intérieure et repartons à la conquête de notre devenir. Tel est le défi que je propose de relever à chaque usager en tant que thérapeute, dans un cadre permettant de laisser s'exprimer, du déséquilibre, de l'insolite, de l'incongru, de l'insoumission, de la différence... sans crainte d'être jugé voire réprimé, afin que ce dernier retrouve dans le tumulte de son existence, sa liberté d'expression, son goût pour l'échange, le partage, la communication, la créativité et finalement pour la vie !



SALIAH

La liberté d'expression, qu'elle soit écrite, orale, non verbale est le plus précieux moyen de communication que nous possédons pour nous faire comprendre. Liberté d'expression oui mais à quel prix ? Celui de ne point nuire à la liberté de l'autre, tout est question de respect de son prochain. Mais il faut reconnaître que face à la maladie, cela peut s'avérer plus difficile, surtout quand on perd ses capacités mentales ou physiques.



DOMINIQUE

Oser dire tout haut ce que l'on pense sans crainte de représailles ? La vie en société nous l'accorde-t-elle vraiment ? La liberté d'expression est pourtant fondamentale au bon fonctionnement d'une démocratie, elle nous permet aussi d'exprimer notre maladie pour pouvoir entreprendre un programme de soin et espérer un retour à l'harmonie. Mais pour cela faut-il encore que l'on prenne plaisir à communiquer, à être entendu. Si nous perdons cette faculté nous avons de fortes chances de devenir des automates, de ne plus réagir même en cas de désaccord, de nous enfermer dans un carcan, d'être tributaire du désir des autres, de ne plus avoir les moyens de faire face, en clair de perdre notre liberté !



CARINE

La liberté d'expression implique un minimum de reconnaissance de la part des gens qui nous entourent et qui nous sont chers. Elle nous permet d'échanger, de trouver une solution en commun. Je pense que nous perdons notre liberté de nous exprimer quand nous sommes malades, handicapés ou isolés, car la société nous met dans des cases pleines de préjugés qui nous soustraient à la vie ! Mais quand nous avons la chance de rencontrer une personne attentive à ce que nous sommes (un soignant, un ami), alors tout redevient possible !





PASCALINE

La liberté d'expression c'est notre capacité à communiquer avec autrui de la manière qui nous convient et libre de toute censure, même si nous sommes en désaccord. Nous la retrouvons dans la charte des droits de l'homme de 1789, une condition essentielle, ne pas nuire et respecter autrui C'est un droit civique reconnu dans toutes les démocraties. Dans certains cas comme l'autisme les personnes s'expriment souvent d'une façon qui leur est propre, C'est à l'entourage à s'adapter. Pour d'autres pathologies comme la surdité, le mutisme, il existe le langage des signes pour palier au handicap. Dans le livre « le scaphandre et le papillon », l'auteur atteint du locked-in syndrome réussira à communiquer son message par de simples clignements des yeux Autant de moyens mis à disposition pour aider les personnes en difficulté à préserver leur liberté d'expression. Il est évident que lorsque nous ne nous exprimons plus, c'est tout simplement notre liberté que nous perdons !



MARTINE

La liberté d'expression est un droit fondamental qui permet à chaque personne d'exprimer ses opinions dans la mesure ou elles ne nuisent pas à la liberté d'autrui. Elle relève des valeurs laïques et démocratiques.

On retrouve à Rome au IIème et IIIème siècle un vrai respect de ce droit : « on peut penser ce que l'on veut et dire ce que l'on pense » écrit Tacite (58-120 après J.C)

Une 1 re proclamation et adoption par la constitution des Etats Unis en 1776.

Toutefois au cours de l'histoire, le clergé, les monarques et dictateurs en tout genre n'auront de cesse que d'imposer leurs dogmes et suivant les lieux les époques il ne fait pas bon de dire ce que l'on pense. Ainsi encore aujourd'hui, en de nombreux endroit de la planète cette liberté est plus que jamais bafouée.

A titre individuel chacun de nous sait à quel point s'exprimer librement est primordial et sûrement plus encore lorsque la maladie nous isole. S'exprimer devient alors vital pour tenter de rejoindre le monde des « bien-portant » !



AUD REE

Autant « la liberté des uns s'arrête là où commence celle des autres, la liberté d'expression se limiterait dans le respect de chacun. Pouvons-nous humainement nous permettre de tout dire ? Lorsqu'on parle de soi, la liberté d'expression n'a de limite que nous même. Par différente forme elle permet d'exprimer ce que nous sommes individuellement. C'est la possibilité d'être entendu, cru, reconnu ; une manière de se sentir vivant. Elle participe donc, à part entière, au droit d'exister.



La page du jour

Par SALIAH



L'art - thérapie au service du soin



Par PASCALINE

L'art-thérapie est une forme de psychothérapie qui utilise les différentes étapes de la création d'un objet, d'un tableau...pour faire progresser le patient dans son expression artistique et l'emmener par étape vers un mieux être. Avec l'aide du thérapeute, nous apprenons à renouer avec nos émotions, nos rêves, notre inconscient...à intégrer nos images intérieures. Le corps se met en mouvement tout en sollicitant l'imagination, l'intuition, nos pensées. Ce dernier est là pour nous accompagner sans pour autant se substituer.

L'art-thérapie s'adresse à un public varié et à une multitude de pathologies (handicap, maladie mentale, vieillissement...) mais elle peut aussi convenir pour des personnes en recherche de développement personnel.

Les supports sont multiples, peinture, argile, dessin, écriture, collage, danse, expression corporelle, musique, théâtre, relaxation...

Une appréhension de la souffrance et de la pathologie par le biais de l'art-thérapie procure une diminution significative de l'anxiété, une amélioration de la qualité de vie et renforce notre capacité de résilience vis à vis de la maladie.

En ce qui me concerne, je ne peux plus m'en passer. Les séances m'apportent un véritable mieux être et me vident la tête de toutes pensées négatives. Je m'ouvre à de nouvelles techniques et pas à pas les difficultés s'allègent et me permettent de progresser conjointement sur le faire et l'être

Merci à mon art-thérapeute !



Les modalités d'accueil aux thérapies médiatisées!



1°) L'accès aux thérapies médiatisées se fait uniquement sur prescription médicale.

2°) Un lien téléphonique est établi entre le service demandeur et le service des thérapies pour convenir d'un rendez-vous.

3°) Le patient est accompagné et présenté aux thérapies médiatisées par l'infirmier du service.

4°) Toutes les activités sont présentées au patient, qui fait le choix du média avec lequel il souhaite travailler.

5°) Un planning est alors établi.

6°) Après une première mise en situation, une première évaluation permettra d'adapter au mieux la façon de mener l'activité proposée au patient pour qu'il en tire le plus de bénéfices possibles.

7°) Pour les patients en grande difficulté, les 3 infirmiers interviennent directement dans les services fermés (St Jean, St Bernard, St Anne).

NB : Les thérapies médiatisées reçoivent en moyenne entre 85% de patients issus de l'INTRA et 15% issus de l'EXTRA sur une file active se situant entre 150 et 180 patients par semaine.



L'Aubade Albigeoise une réalité!



Par Jean-Marie JANKOWIAK

Président de l'association

« Quand mon esprit s'éveille aux premières lueurs, l'espoir renaît enfin de mes cendres aux souvenirs tourmentés ! » (JM-J)

La symbolique :

- Cette phrase symbolise le **réveil de la personne** au sens propre et figuré.
- **L'Aubade** est une prestation musicale donnée à l'aube en l'honneur d'une personne souvent devant son habitation, elle **symbolise la reconnaissance du patient en tant que personne dans sa globalité**. Le chant s'oppose à la violence, au passage forcé, tout est fait en douceur. Elle **amène à la prise de conscience**.
- L'espoir symbolise ce que **WINNICOTT** disait : « Redonner à la personne la certitude que la vie vaut le coup d'être vécue ! », **l'élaboration de projets, la projection vers un devenir devenu possible**.
- **Souvenirs tourmentés**, symbolise la ou les raisons du mal-être initial.



Les objectifs :

L'association s'inscrit dans le cadre du **projet institutionnel** du Bon Sauveur d'Alby en matière de **resocialisation**, **réinsertion** et **réhabilitation psycho-sociale**.

Profondément humaniste par sa réflexion et ses pratiques, elle s'implique dans un devoir d'**information**, de **mémoire**, d'**accompagnement** des **patients bénéficiant de séances d'art-thérapie et d'activités de médiation dans leur ensemble**.

Elle opte pour une meilleure **intégration** et **déstigmatisation** de la prise en charge psychiatrique au sein de la société. Ne plus concevoir celle-ci comme une fatalité à laquelle il n'y aurait pas d'issue, mais plutôt comme **un tremplin qui permettrait à l'usager de reconquérir sa vie sociale**.

Fondée en Février 2019 sous la **présidence d'honneur** du **Professeur Jean-Luc Sudres**, cette association **est ouverte à toute personne**, professionnel ou usager (appartenant ou non à la Fondation Bon Sauveur) **pratiquant l'art-thérapie ou les activités de médiation**.

Au 1^{er} Avril Nous comptons une trentaine d'adhérents, nous vous invitons à nous rejoindre.

Pour plus de renseignements composez le :

05 / 63. 48.53.43



Le défilé carnaval 2019 en images

Par l'équipe des carnavaliers



Il était pas beau notre pirate ?



L'équipe au grand complet !





Et c'est parti pour une nouvelle aventure !



Si, si, c'est bien eux !!!!





Les pirates ont eux aussi ... leurs admiratrices !!!



M. Michel BRUEL Président de la Fondation et M. Gilbert HANGARD Directeur des établissements (en haut à droite) avaient rejoint l'équipage, cela nous a fait chaud au cœur !



Folire 2019



Par Isabelle CANOVAS

A partir du mois de mai 2018 nous avons trois livres à lire...Nous avons quatre rendez-vous pour parler de nos lectures aux thérapies médiatisées. En septembre nous avons rencontré les auteurs. Nous avons voté au mois de Novembre.

Le 14.12.2018 : 8H30 nous sommes partant pour la remise du prix au centre hospitalier Léon Jean Grégory de Thuir. Le lauréat est Damien LUCE pour son livre : Claire de plume. Cette année le parrain était CALI.

Voici quelques retours, accompagnés d'une dédicace de CALI et de deux dessins réalisés par Eric :

JULIETTE : « Ça commence par le réveil, ne pas rater le départ...voir la mer, profiter du grand air, se restaurer...un temps de parole et d'échanges enrichissants...une bonne journée en somme ! »

DOMINIQUE : « Une après-midi très ludique et agréable...une franche réussite ! »

ERIC : « Je suis en pleine félicité...nos deux artistes formidables...c'est la béatitude, j'ai chaud au cœur ! »

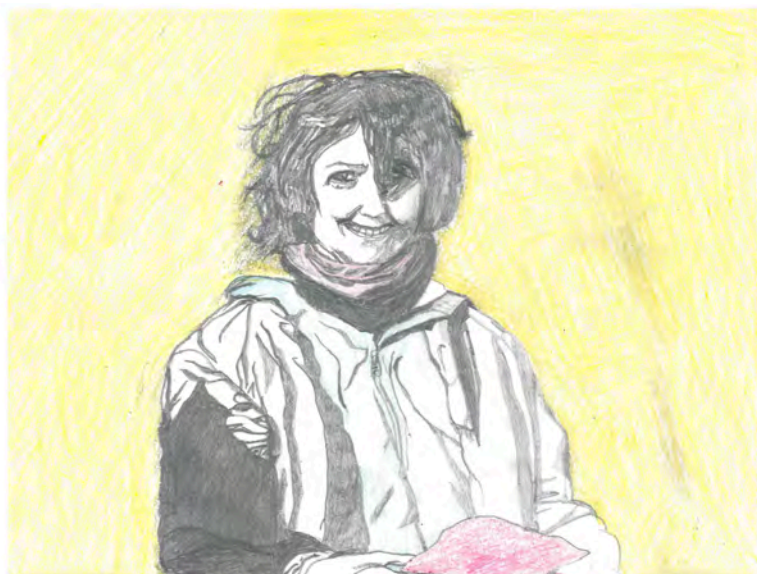
ISABELLE : « Nous participons au projet Folire depuis 2016 ...une belle aventure !

La dédicace de CALI

Fondation
d'Albion
plein d'Amour
elle



Isabelle et Eric d'après Eric



« Le monde est riche, il suffit de le regarder et de s'en remplir pour ensuite pouvoir restituer librement ce que l'on a enregistré ! » (Isabelle)



Une nouvelle création pour l'aumonerie!



Par Jean-Marie JANKOWIAK

Courant Février 2019, l'**Aumônerie** nous demandait s'il nous serait possible de **créer un grand panneau sur le thème de la nativité**, qui servirait de **fond mural pour la crèche vivante du prochain Noël**.

Je fis part de ce projet (dans le cadre du projet SESAME) aux patients qui accueillirent l'idée avec enthousiasme. **Onze patients se sont immédiatement mis au travail** sur un **panneau de bois de 2m X 1,60m**.

Le dernier thème réalisé sur la cathédrale (voir gazette N° 11) a laissé un excellent souvenir à tous les participants, tant au niveau de la qualité de la réalisation que de l'esprit d'équipe qui depuis n'a cessé de se renforcer.

Outre les réalisations en elles-mêmes, **les séances collectives permettent aux personnes de bénéficier des effets thérapeutique du groupe** en terme d'émulation, d'étayage, de coopération, d'appartenance, d'échanges de regards.

Des liens se recréent, l'usager sort de sa « bulle », de son espace narcissique pour s'ouvrir au monde et rejoindre les autres.





Une partie de l'équipe



Un vrai travail de pro !!!



La page des poèmes



LIBERTE D'EXPRESSION

Libre de s'exprimer, émotions libérées

Tristesse rejetée, humour accepté

Pourquoi se cacher, se camoufler sous cachets ?

Où se trouve la limite ?

Du bon et bien paraître ? Etre libre d'ÊTRE !

En toute émotivité, pour une humanité reliée !

Saliah

LIBERTE

« La LIBERTE à un prix, c'est pourquoi si tu décides de vivre en homme libre, sache que tu ne seras...jamais riche ! »

Jean-Marie



LE MOT DE LA FIN

par Saliah, Carine et Jean-Marie



*Ce 10 mars 2019 à 18h, après une dernière révérence **notre char regagnait les ateliers du carnaval d'Albi**. Chacun d'entre nous s'époussette, retirant du mieux qu'il peut les quelques confettis déposés ci et là aux creux de nos plis. Avec un brin de nostalgie nous rangeons nos déguisements. **Et maintenant ?** Mais le prochain thème et l'ensemble des activités en cours nous tirent déjà vers **un devenir prometteur d'une créativité sans limite**. Bien plus que de créations artistiques, c'est de **thérapies médiatisées** et d'**art-thérapie** qu'il s'agit. Lieux et séances propices à la libération des émotions, des ressentis, à « **l'expression authentique** »*

*« **Chaque personne ici présente est libre de s'exprimer au travers d'activités variées. Ce lieu d'échange et de partage nous apporte la confiance, chacun y trouve son compte, son oxygène et l'espoir de pouvoir réintégrer une vie normale !** » (SALIAH)*

*« **Nous patients, nous nous retrouvons autour de cette gazette. Elle nous permet de nous exprimer librement, de nous réaliser en posant des mots sur ce que nous faisons et de partager avec les autres !** » (CARINE)*

***La gazette est un éditorial** utilisé comme **outil de médiation**. **Différents acteurs s'y rencontrent, échangent et collaborent**. Depuis sa création parmi nos multiples partenaires, nous notons que **4 Médecins Psychiatres** se sont personnellement impliqués dans la réalisation de notre ouvrage : **Dr. Marc PASSAMAR** (gazette n°5), **Dr. Michel SINQUIN** (gazette n°6), **Dr. Hafid BELHADJ** (gazette n°8), **Dr. Isabelle FERRIER** (gazette n°13).*

Nous tenons à leur exprimer toute notre gratitude !