

« C'est du rire thérapeutique »

Depuis fin novembre, des ateliers clown mêlent des patients suivis en psychiatrie et des soignants à l'hôpital de Niort. Une démarche inédite qui fait tomber les barrières et les émotions.



Hôpital de Niort, mardi. A l'instar de Luc, ici à droite aux côtés de Karine, soignante, les ateliers permettent aux participants de laisser venir leurs émotions sans frein.

Photo : CO-Christophe BERNARD

Un simple nez rouge suffit parfois à fendre l'armure. Depuis le 21 novembre, des patients suivis en psychiatrie et des soignants de l'hôpital de Niort en font l'expérience à la faveur d'ateliers clown organisés deux fois par mois. « C'est du rire thérapeutique », confie Jean-Baptiste qui en a bien besoin après avoir perdu sa jambe droite à l'été 2022. Ce mardi après-midi, il est venu en fauteuil pour prendre sa dose d'ondes positives au milieu d'une joyeuse bande d'une dizaine de membres réunie par Laurence Fort, infirmière de nuit au sein de l'unité CAPeHPsy Gâtine (Centre d'accompagnement des personnes avec handicap psychique), et Marie Soulard, intervenante artistique pour la compagnie des Matapeste.

“ Un espace de liberté pour décharger mon histoire »

STÉPHANIE
Patiente

« Allez, on baille et on s'étire en respectant son corps », lance cette dernière invitant le groupe à former un cercle avant « de réveiller » sa nuque, les épaules, les bras. « On ancre ses

pieds dans le sol pour décoller dans son imaginaire, on ouvre la cage thoracique et on envoie le stress à terre », poursuit-elle. Marche du comédien, statue de la colère, jeu du miroir... Les exercices s'enchaînent comme une valse des émotions. Puis, vient l'heure de changer de nez et de peau pour passer du rire aux larmes, de la joie à la tristesse. Assise sur la pointe des pieds face à ses camarades de jeu, Stéphanie se triture les mains, fait parler son corps et sa voix avec force. Une libération. « A chaque fois, ça me brasse mais je me sens toujours mieux après la séance. J'arrive à dépasser mes peurs. On m'offre un espace de liberté pour décharger mon histoire et mes émotions, je prends ! » savourent-elle.

« Dans notre vie de tous les jours, on nous demande de contenir nos émotions, de ne pas sortir du cadre. Pour certains d'entre nous, cela fait 20 ou 30 ans qu'on est suivi et qu'on est dans la maîtrise permanente et les injonctions. Ici, on nous autorise à amplifier ce qu'on ressent, on nous y encourage et ça nous permet d'avancer, d'oser, de reprendre vie, de vibrer, de trouver des solutions, des ressources. C'est très fort ce qui se noue entre nous », relaie Nathalie habituée à

participer à des ateliers théâtre en parallèle. « La culture fait désormais partie prenante de mon bien-être », revendique-t-elle.

« Apprendre à rire de soi sans jugement »

Pour Jean-Baptiste aussi, ces sessions servent à redonner du sens à une existence fauchée en plein vol à tout juste 41 ans. « C'est un travail sur moi que je fais pour rebondir, retrouver de l'allant et de la confiance. J'en ai parlé à ma famille, à mes amis. Je suis fier et heureux de pouvoir parta-

ger ça avec eux et leur montrer que je peux accomplir des choses malgré mon état », reconnaît cet ancien serveur mordu de danse. Le fait de pouvoir être « d'égal à égal » avec les professionnels de santé est également apprécié par les participants. « On a tous le même nez et le même statut. Il n'y a pas de sachant ou de blouse. Chacun est là pour apprendre à rire de soi sans jugement des autres, en toute bienveillance. Un remède bien plus efficace que certains traitements. »

Julien RENON

REPÈRES

Une dotation de 2 000 €

La démarche impulsée par Laurence Fort a obtenu le 2^e prix des équipes soignantes en psychiatrie 2023, un concours national proposé par la revue Santé mentale et soutenu par la Fondation de France afin d'encourager des initiatives qui améliorent la qualité des soins proposés aux patients et leur qualité de vie. A la clef, une

dotation bienvenue de 2 000 €. La cérémonie a eu lieu en octobre dernier, à Paris. « Cette distinction fait du bien car elle saluait notre volonté de rapprocher le soin et la culture, ce qui n'est pas si courant. Elle donne aussi de la visibilité à notre action. Si ça peut inciter des mécènes à nous soutenir davantage, qu'ils n'hésitent pas... »

Un nez rouge pour rire et soigner à l'hôpital

PHOTO : CO. CHRISTOPHE BERNARD



NIORT. Depuis la fin novembre, des patients suivis en psychiatrie et des soignants de l'hôpital participent à des ateliers clown. L'occasion de faire tomber les barrières et les émotions.

PAGE 2