

La thérapie par le jardin

Tout ce qui est lié à la vie des résidents, à leurs émotions, est primordial. Des maisons de retraite tarnaises ont choisi une nouvelle voie. Celle du jardin.

Pouvoir réaliser aisément des semis, s'occuper des plantations, récolter des radis, des tomates, préparer leurs salades pour les pique-niques ou cueillir les fleurs pour les bouquets. Froisser les feuilles dans leurs mains et sentir à nouveau les odeurs, les parfums du thym, du basilic, de la verveine. S'asseoir sur les bancs pour discuter entre amis pendant l'activité jardinage...

Grâce aux jardins thérapeutiques les personnes âgées retrouvent les gestes de toute une vie. Ces lieux protégés sont adaptés à l'ergonomie des séniors qui gardent ainsi une autonomie et conti-

nent à stimuler leurs différents sens, tout en favorisant leur bien être, leur détente et leur curiosité.

Dans le Tarn, Les Quiétudes à Lautrec, la Chevalière à Mazamet, les Jardins de Jouvence à Albi, L'Oustal d'en Thibaut à Labruguière et prochainement la résidence Emilie de Villeneuve à Castres proposent ces activités très conviviales qui ont été mises en place par l'ensemble des équipes (*ergothérapeutes, psychomotriciens, psychologues, animateurs, cadres de santé, soignants, médecins coordonnateurs et les directions*).

Les atouts jardin

Tout a été pensé pour répondre aux besoins des résidents. Une aire de détente permet de se retrouver en toute convivialité entre les résidents et les visiteurs. Cela permet de discuter, de déjeuner ou de se détendre dans un cadre zen qu'il soit d'inspiration à la française ou sur la base d'un jardin japonais.

Une aire de jeu permet aux animatrices de programmer des activités extérieures.

Une aire des sens permet de retrouver des sensations quelquefois enfouies. Ainsi le Parc Régional du Haut Languedoc a monté une opération en faveur du jardinage durable et social. Ils ont réalisé 70 bacs de jardinage surélevés qui ont été installés dans 18 maisons de retraites. Autour de ces bacs de jardinage spécialement adaptés aux personnes à mobilité réduite des activités de jardinage sont proposés, en visant à stimuler la mémoire sensorielle des résidents à travers des fleurs colorées, des herbes aromatiques odorantes comme le thym, le romarin, le chèvrefeuille...

Une aire de motricité permet de conserver les aptitudes physiques. Au travers d'un parcours de santé adapté, kinésithérapeutes et autres psychomotriciens réalisent des ateliers favorisant l'équilibre, maintiennent la posture et la musculature tout en donnant aux résidents une meilleure confiance en soi.



La réalisation de ces jardins thérapeutiques n'aurait pu voir le jour sans l'expertise et le conseil de partenaires :

Alliage Architectes

129, François Verdier, 81000 Albi

Tél. : 05 63 47 16 17.

Site : www.alliage-architectes.fr

Serge Bollard, artisan paysagiste

21, av. du Commerce et de l'Artisanat, 81710 Saix

Tél. : 05 63 72 28 60

<http://amenagement-creation-jardin-arrosage-integre-paysagiste.sergebollard.fr>

Pousthomis, artisan paysagiste

4, rue Jean Bon Saint André, 81100 Castres

Tél. : 05 63 35 53 04

Site : www.pousthomis.fr



Ils ont choisi les jardins thérapeutiques

• Maison de retraite les Quiétudes

1, rue Rode, Lautrec.

Tél. : 05 63 82 14 00/ Fax : 05 63 75 39 91

Responsable : Jean-Christophe Delaunay

• Maison de retraite La Chevalière

16, avenue Chevalière, Mazamet.

Tél. : 05 63 61 11 48

Responsable : Olivier Cauvy

• Maison de retraite l'Oustal d'en Thibaud

7, avenue du Général Dunoyer de Ségonzac, Labruguière.

Tél. : 05 63 50 22 51

Responsable : Pierre Lemettre

• Maison de retraite Les Jardins de Jouvence

10, rue Berné Lagarde, Albi.

Tél. : 05 63 48 65 65

Responsable : Sabine Salles