

# Créer pour guérir

Éditorial

## MERCI POUR EUX !

Oui, les thérapies par l'art peuvent vraiment contribuer au processus de guérison. De plus en plus de médecins l'affirment, des études toujours plus nombreuses le prouvent, les résultats atteints dans les hôpitaux le confirment. Autant d'éléments qui ont permis de transformer nos espoirs en réalité, que ce soit en oncologie, en néonatalogie, en chirurgie ou encore dans le domaine sensible des pathologies mentales. Notre Fondation fête ses dix ans et un regard rétrospectif montre à quel point le chemin parcouru au cours de cette décennie est important (voir article ci-contre).

*Oui, les thérapies par l'art peuvent vraiment contribuer au processus de guérison.*

Débutée il y a 20 ans avec de modestes projets dans les hôpitaux, l'art-thérapie a pris son essor en s'inscrivant comme partie intégrante de la prise en charge du patient. Son but est clair : redonner confiance au patient, l'aider à s'exprimer lorsque les mots n'y parviennent pas, préserver ses ressources et ses potentialités saines, afin de mieux affronter sa maladie.

Pour célébrer nos dix ans, nous organisons un grand symposium consacré à ce sujet passionnant. Nous espérons avoir le plaisir de vous y saluer. Mais que vous puissiez venir ou non, nous aimerions surtout vous remercier, vous qui nous permettez de soutenir ces thérapies si importantes pour les jeunes patients. De tout cœur, merci pour eux !

**Prof. Dr. Alain Golay**  
Président de la Fondation Art-Thérapie ;  
Médecin-chef du Service de l'Éducation  
Thérapeutique du Patient, Hôpitaux  
Universitaires de Genève (HUG).



Succès

## LA FONDATION A 10 ANS



Ce petit patient, complètement isolé à cause de sa maladie, trouve des moments précieux pour se distancer de sa souffrance.

**Que de chemin parcouru !  
L'art-thérapie est aujourd'hui  
utilisée pour un large éventail de  
pathologies, de l'extrême prématuré  
à l'adolescent anorexique.**

Quand un enfant de 8 ans est atteint d'un cancer, la communication entre lui et sa famille peut être difficile. Comment peut-il exprimer ses angoisses, évacuer ses peurs, faire sortir sa culpabilité envers ses proches ? Car il se dit : « ils se font du souci à cause de moi », témoigne Charlotte Leber. Et celle qui a créé il y a dix ans la Fondation Art-Thérapie de constater : « Venir simplement divertir des enfants leur fait du bien au moral, mais ensuite le bienfait retombe, car rien n'a été exprimé, contrairement à l'art-thérapie qui leur permet d'évacuer les non-dits de leur for intérieur. »

Chanter, danser, faire du dessin : ces activités sont souvent les seuls moyens de communiquer. L'enfant exprime ce qu'il n'ose pas dire autrement.

Comme le souligne le professeur Alain Golay, médecin-chef aux HUG et président de la Fondation, l'expression par la création est particulièrement utile « quand la maladie est trop douloureuse, trop difficile, inacceptable. » Même écho auprès du Dr. Valdo Pezzoli, médecin-chef au service pédiatrique de l'Hôpital régional de Lugano : « Nous offrons des thérapies par les arts plastiques (dessin et peinture), notamment aux jeunes patients qui souffrent trop pour pouvoir s'exprimer par des mots. » Et de raconter : « On les fait dessiner, ils commencent alors à s'adoucir et à devenir plus accessibles. »

Suite en page 2

C'est ainsi que l'hôpital tessinois a introduit des projets d'art thérapie dans ses modules multidisciplinaires destinés à la pédiatrie, par exemple pour le traitement des maladies chroniques ou des troubles alimentaires. Le Dr. Valdo Pezzoli estime que cette approche a du sens « partout où le processus de souffrance est complexe, autrement dit où il n'y a pas une cause unique à celle-ci. »

En offrant d'autres moyens que les mots – l'art et l'imaginaire – pour exprimer la souffrance, l'art-thérapie favorise l'échange, améliore et préserve la qualité de vie de la personne, voire lui permet de lutter avec davantage de courage contre la maladie, tout en apportant à l'équipe soignante d'importantes informations pour la suite du traitement. D'autant que cette approche est donnée par des thérapeutes diplômés, au bénéfice d'une solide formation.

Que de chemin parcouru depuis la création de la Fondation! Il y a dix ans, l'art-thérapie était encore à ses débuts et était surtout utilisée dans des projets pilotes. Aujourd'hui, cette approche thérapeutique fait partie intégrante de la prise en charge du patient dans de nombreux hôpitaux.

## BOND DES ÉTUDES SUR L'ART-THÉRAPIE

Plusieurs facteurs expliquent que cette discipline soit toujours mieux acceptée. Parmi ceux-ci, les preuves. D'une part, les médecins ont pu montrer une multitude de résultats positifs. D'autre part, le nombre de publications scientifiques sur l'utilisation et l'efficacité de l'art-thérapie a fortement augmenté ces dernières années. Comme l'écrit le Dr Christian Mann,

Médecin-chef adjoint, de l'unité Médecine pour enfants et adolescents de l'Hôpital cantonal de Coire, dans le rapport d'activités 2017 de cet établissement, il y avait 185 publications en 1997, environ 850 en 2007 et plus de 2400 en 2017.

*La Fondation Art-Thérapie a soutenu 20'000 jeunes patients depuis sa création.*

Autre facteur qui a permis d'asseoir la crédibilité: la formation. « Jusqu'à récemment, il n'y avait pas d'école. Aujourd'hui, des écoles reconnues délivrent des diplômes en art-thérapie et les art-thérapeutes sont formés comme des psychothérapeutes », souligne le Dr. Alain Golay.

## RÔLE IMPORTANT DE LA FONDATION

La Fondation Art-Thérapie a également joué un rôle important dans la reconnaissance de cette approche thérapeutique: par son travail, par les résultats positifs des programmes qu'elle a soutenus, mais aussi par sa couverture géographique véritablement nationale, car elle regroupe des hôpitaux des différentes régions.

Et cette organisation sans but lucratif a pris une ampleur remarquable: depuis sa création, en 2008, 20'000 jeunes patients – nouveau-nés, enfants et adolescents – ont bénéficié de son aide. La Fondation soutient actuellement une vingtaine de thérapeutes dans onze hôpitaux en Suisse. L'approche thérapeutique

s'est en outre élargie à de nombreux patients et est aujourd'hui autant offerte à de grands prématurés, qu'à des bambins atteints d'un cancer, des enfants souffrant d'autisme, des jeunes obèses ou des adolescents anorexiques.

## NOS VŒUX POUR DANS 10 ANS

Bien que l'art-thérapie ait gagné des lettres de noblesse, elle doit encore être mieux connue, afin que son champ d'action puisse s'étendre. « J'espère qu'elle sera largement intégrée dans les approches multidisciplinaires. Cela lui permettra de contribuer, aux côtés d'autres thérapies, à la prise en charge du patient afin que chacun puisse trouver la voie qui lui correspond le mieux », affirme ainsi le Dr. Valdo Pezzoli.

Autre souhait, qu'il formule aux côtés du Dr. Alain Golay et de nombreux autres spécialistes: que l'art-thérapie puisse être remboursée par les assurances maladie.

La Fondation pourrait alors, estime Eléonore Gruffel, sa directrice, « utiliser ses fonds pour aider plus d'hôpitaux à initier des programmes d'art-thérapie, développer la formation des thérapeutes et consolider la réputation de ces thérapies en finançant davantage de projets de recherche ».

Depuis 2008,  
la Fondation a permis de soutenir :



20'000  
patients



50'600  
séances



41'300  
heures

## Agenda

# UN SYMPOSIUM INCONTOURNABLE

AU ZENTRUM PAUL KLEE

Pour marquer les dix ans de sa création, évoquer les thèmes de recherche actuels et donner la parole aux patients, la Fondation Art-Thérapie organise un grand symposium au Zentrum Paul Klee le 21 juin, à Berne. L'esprit du lieu s'y prête

particulièrement, le monde de Paul Klee alliant en effet peinture, musique et danse: la mère du peintre était cantatrice, son père professeur, sa femme pianiste, son fils metteur en scène de théâtre et d'opéra.

La matinée sera consacrée à des conférences ayant pour thèmes le dessin dans la relation avec l'enfant atteint d'un cancer, l'apport de l'art-thérapie dans la prise en charge multidisciplinaire, la musicothérapie en néonatalogie et la danse-thérapie pour alléger le poids psychologique. L'après-midi, divers ateliers à choix permettront d'explorer plus en détails deux thématiques

en lien avec ces thérapies, avant d'écouter les patients raconter ce que ces dernières leur ont apporté dans leur combat contre la maladie. Neuf intervenants de haut vol, professeurs et docteurs pour la plupart, garantiront un contenu de grande qualité. Et le tout sera agrémenté d'un lunch convivial, d'un apéritif festif avant la clôture et de quelques surprises.

**Ne tardez pas à vous inscrire à cet événement incontournable!** [www.arttherapie.org](http://www.arttherapie.org)  
symposium@arttherapie.org ou 079 221 66 63

# « UN MOYEN LUDIQUE, NON-INVASIF ET EFFICACE DE SOULAGER »

**Charlotte Leber a créé la Fondation Art-Thérapie il y a dix ans. Aujourd'hui vice-présidente, elle revient sur le chemin parcouru.**

La Fondation Art-Thérapie a été créée il y a 10 ans par Charlotte Leber. Cette entrepreneuse dans l'âme (elle a créé sa première société à 30 ans, sa deuxième à 33) n'avait pas envie de simplement profiter de sa retraite anticipée. Elle décide alors de créer un projet philanthropique.

### Pourquoi avoir choisi l'art-thérapie ?

Le projet devait répondre à plusieurs critères: avoir un lien avec les enfants, toucher toutes les classes sociales, être innovant et concerner la Suisse. Par la suite, ayant passé énormément d'heures dans les départements de soins intensifs, je me suis rendu compte à quel point l'art-thérapie et la musicothérapie étaient utiles dans les processus de guérison: ce sont des moyens ludiques, créatifs, non invasifs et efficaces de soulager aussi bien les petits patients que leurs familles, et ce par des thérapeutes spécialement formés et titulaires de diplôme.

Comme le dit Petula Clark, la fameuse chanteuse anglaise des années 1980 qui a d'ailleurs dédié une chanson à notre Fondation et aux enfants malades: «La musique touche là où les aiguilles ne peuvent pas percer.»

### Comment avez-vous vécu les premières années de la Fondation ?

J'ai mis toute mon énergie dans la création de cette Fondation. Mes amis, relations et connaissances m'ont aidée. Cette fondation était pour moi comme une nouvelle société. Nous avons débuté avec 6 hôpitaux. Aujourd'hui, nous sommes présents dans 12.



Charlotte Leber, vice-présidente de la Fondation Art-Thérapie

### Quels sont à vos yeux les trois principaux succès obtenus ?

Premièrement, de plus en plus, le corps médical admet, voire est convaincu, du bienfait des programmes d'art-thérapie. C'est probablement lié au fait que toujours plus d'études prouvent que notre credo est utile. Ainsi, par exemple dans les néonatalogies, des études montrent que les programmes permettent souvent de quitter plus tôt les couveuses, parfois 120 jours au lieu de 150, ce qui représente un succès pour tout le monde: les parents et l'enfant, bien sûr, mais aussi la collectivité. Car le coût d'un lit d'hôpital pendant un mois représente l'équivalent d'un salaire d'un musicothérapeute pendant 6 mois!

Enfin, la fidélité des fondations donatrices représente un joli succès à mes yeux, et je les en remercie. Elles nous sont fidèles depuis de nombreuses années, car elles sont à la fois convaincues par les résultats, mais aussi par notre manière transparente de communiquer avec elles.

### IMPACT D'UN ATELIER VOCAL

Quel impact a un atelier vocal sur la perception corporelle et vocale de soignants? Tel était l'objet de l'étude de la musicothérapeute Anne Bolli, de Isabelle Carrard et du Prof. Alain Golay (tous deux du service d'enseignement thérapeutique pour maladies chroniques, HUG) récemment publiée dans la revue scientifique *Education thérapeutique du patient* (2017;9;20201).

Résultats: les soignants se sentent notamment plus légers, plus disponibles, plus paisibles et moins préoccupés, et ce de manière significative. [www.etp-journal.org](http://www.etp-journal.org)

### RECUEIL DE BERCEUSES

La musicothérapeute Dr. Friederike Haslbeck vient de réaliser un recueil de berceuses proposées par des parents de nouveau-nés provenant de différentes cultures. Ce livre - «Wiegenlieder für die Kleinsten» - s'obtient auprès de notre Fondation, qui l'a cofinancé. [www.arttherapie.org](http://www.arttherapie.org)

### BLOG POUR LES PARENTS

Le blog [www.amiamusica.ch](http://www.amiamusica.ch) a récemment été créé. Cette plateforme vise à promouvoir l'usage de la musique auprès des parents de prématurés et de nouveau-nés en leur permettant d'échanger sur leurs expériences et de s'informer sur le sujet. Pour l'instant en allemand et en anglais.

### LA FONDATION À LA JOURNÉE DES MALADES

Une table colorée et joyeuse attendait les visiteurs à l'entrée de l'hôpital cantonal de Coire, lors de la Journée des malades. Garnie de brochures, mais aussi de matériel de peinture, d'oursons en peluche et de petits chocolats, elle présentait les activités de la Fondation Art-Thérapie. L'art-thérapeute Brida Lang a ainsi pu informer de nombreuses personnes sur ce sujet. Les réactions ont été très positives.

# LE HANG, UN SON CHAUD ET CALMANT

**Très à la mode dans la musique ethnologique, cet instrument est aussi souvent utilisé en musicothérapie, en raison de ses nombreuses qualités, acoustiques, mais aussi pratiques.**

La surface bombée fait penser à une carapace de tortue. Ses sonorités en revanche ne ressemblent à aucune autre. Le hang permet tout à la fois de jouer des mélodies et des rythmes. Et surtout, «il a un timbre très chaud», souligne Monika Esslinger, musicothérapeute à l'Hôpital pédiatrique Universitaire de Bâle (Universitäts-Kinderspital beider Basel).

Le hang? C'est un instrument de la famille des percussions créé en 2000 par les Bernois Sabina Schärer et Felix Rohner. Composé de deux coupelles métalliques, il se joue avec les mains, d'où son nom, qui signifie précisément «main» en bernois.

*La musicothérapie résulte de l'interaction entre le thérapeute, la musique et le patient.*

Selon la manière dont il est touché, il produit des sonorités très différentes, pouvant aussi bien rappeler celle de la harpe que celle de la cloche. Il permet ainsi d'exprimer sans parole une grande diversité d'émotions. Ses concepteurs estiment d'ailleurs que «la force des vibrations du hang peut ouvrir les portes de mondes intérieurs.»



Monika Esslinger remarque que beaucoup de patients s'apaisent lorsqu'elle joue du hang.

Ses qualités lui ont également ouvert les portes du monde entier, tant cette «sculpture sonore», comme certains l'appellent en référence à son design très épuré et moderniste, a eu du succès. C'est ainsi que l'atelier bernois a reçu des commandes provenant des quatre coins de la planète. Mais plutôt que d'inonder le marché, Sabina Schärer et Felix Rohner ont préféré sélectionner les acheteurs en testant leur motivation. Avant de décider, il y a quelques années, d'arrêter purement et simplement d'en produire.

### TRÈS APPRÉCIÉ EN NÉONATOLOGIE

«Beaucoup de gens disent que sa sonorité les tranquillise, qu'ils l'associent à de belles images», raconte Monika Esslinger, qui l'utilise beaucoup, notamment en néonatalogie. «Il a un effet sur la mère (ou le père). Et si elle se calme, si son pouls diminue, cela a un impact positif sur l'enfant. C'est un cercle vertueux.»

Autres aspects très positifs: les thérapeutes peuvent jouer et chanter (ou parler) en même temps. L'instrument se transporte aussi facilement. Enfin, comme il est en métal, il peut aisément être désinfecté. Un élément particulièrement important selon l'environnement où il est utilisé.

Si Monika Esslinger recourt très souvent au hang lors de ses séances, elle intervient aussi avec plusieurs autres instruments. «Je demande toujours au patient quel est celui qui lui parle le plus.» Tout le monde ne réagit en effet pas de la même manière face aux mêmes sonorités.

Et il ne faut pas oublier que, comme le dit la musicothérapeute clinique qui avait découvert le hang pendant sa formation, «l'instrument est un intermédiaire. Ce qui est fondamental, c'est l'interaction entre le thérapeute, la musique et le patient. La musicothérapie résulte précisément de cette interaction.»

## DONNER POUR GUÉRIR

Vos dons sont essentiels: ils permettent d'offrir à des jeunes patients hospitalisés dans des hôpitaux suisses des séances d'art thérapie données par des thérapeutes diplômés.

Convaincus par l'apport bénéfique de l'art thérapie, toujours plus de médecins sollicitent notre fondation afin de les aider à financer des

thérapies par l'art, car ces dernières ne sont pas couvertes par la loi sur l'assurance maladie (LaMal).

Grâce à votre générosité, ces nouveau-nés, enfants et adolescents guériront plus vite. Merci d'avance pour eux!

Votre don à la Fondation Art-Thérapie, reconnue d'utilité publique, est fiscalement déductible et fait l'objet d'une lettre de remerciement à partir d'un montant de 50 CHF.

Fondation ART-THERAPIE, 1206 Genève  
**Compte de chèque postal: 12-731551-9**  
IBAN: CH29 0900 0000 1273 1551 9

**Banque: CREDIT SUISSE**  
IBAN: CH19 0483 5148 9262 1100 0

**Online: [www.arttherapie.org](http://www.arttherapie.org)**