

Créer pour guérir

Éditorial

À LA RENCONTRE DU GRAND PUBLIC

Sur notre stand, deux enfants se font maquiller. Une fratrie écoute une conteuse. Une grand-maman accroche une étoile sur notre arbre géant, elle le fait pour son petit-fils, atteint d'un cancer. Autant de moments de vie, parfois émouvants, toujours précieux, que nous avons partagés pendant deux semaines avec le grand public.

C'était juste avant les fêtes, chez Manor, à Chavannes-de-Bogis. Mais c'était également cet été, dans le même centre commercial, ou auparavant à l'hôpital cantonal des Grisons, à Coire, à l'occasion de la journée des malades. Ce sont toujours des rencontres importantes. Elles nous permettent d'expliquer nos activités. De rappeler que l'art-thérapie est efficace, qu'elle aide à guérir, comme le témoignent des médecins toujours plus nombreux et des études en nombre croissant.

Votre générosité permet d'aider des enfants malades.

C'est aussi l'occasion de souligner que nous sommes la seule fondation qui soutient l'art-thérapie auprès d'enfants hospitalisés en Suisse. C'est enfin une belle opportunité de dialogue. Les gens posent des questions et sont impressionnés d'apprendre, par exemple, à quel point l'art-thérapie se révèle utile pour soulager les enfants hospitalisés sur une longue durée et leur permettre de retrouver l'énergie indispensable pour lutter contre la maladie.

Merci donc à ceux qui nous permettent d'aller à la rencontre du grand public. Et bien entendu, merci du fond du cœur à toutes celles et ceux qui ont fait des dons : votre générosité permet d'aider des enfants malades.

Eléonore Gruffel Sauter directrice



ART-THERAPIE
Fondation | Stiftung | Fondazione

Témoignage

« RETOUR À LA VIE »



La musique a permis à Laura d'exprimer ses peurs. Ici avec sa maman (à la guitare) et la musico-psychothérapeute Isabel Witschi Eberle.

Petite fille, grande battante : Laura s'est battue contre un cancer et va bien aujourd'hui. La musicothérapie l'a soutenue en lui permettant de parler de ses peurs et d'exprimer sa colère.

« **Q**uand la musico-psychothérapeute est venue et a chanté pour elle, notre fille a réagi : son pouls a changé. Pour nous, c'était comme un retour à la vie, car même notre chien n'avait provoqué aucune réaction chez elle ». Lorsque la maman de Laura évoque cet épisode, on sent tout à la fois l'émotion au souvenir de cette période difficile, mais aussi le soulagement de savoir que sa fille va bien aujourd'hui. Après de

lourds traitements, elle a pu terminer sa chimiothérapie il y a un an.

Elle continue d'avoir des séances de physiothérapie, d'ergothérapie, mais aussi de musicothérapie. Après toutes ces années, elle a d'ailleurs tissé des liens étroits grâce à la musique avec la musicothérapeute ASMT (association professionnelle suisse de musicothérapie) et psychologue FH, Isabel Witschi Eberle. Cette dernière raconte. « Laura a 21 mois lorsque je la rencontre en juillet 2016, à l'hôpital pédiatrique (Ostschweizer Kinderspital) à St-Gall. Elle se trouvait aux soins intensifs et venait de subir une opération au cerveau : une tumeur lui avait été retirée. Elle était au lit, apathique, réagissait à peine. »

«Quand je visite Laura quelques jours plus tard, elle est plus réveillée et, curieuse, essaie les différents instruments. Ses mouvements ne sont pas très coordonnés, mais elle veut vraiment taper sur le tambour et sa sonorité la motive à jouer davantage. Le tambour semble lui dire : «Tu es là, après ta lourde opération, tu es là!».

«Je me rends régulièrement auprès de Laura avec les instruments et chante pour elle. Son visage montre lentement à nouveau une expression. Les sons et les mélodies semblent la toucher tout au fond d'elle-même. Ce mouvement intérieur parvient à se faire un chemin vers l'extérieur. Laura semble petit à petit participer à la vie extérieure», poursuit Isabel Witschi Eberle.

«Elle s'est battue pour revenir à la vie, avec un grand soutien de ses parents, grands-parents et de l'équipe de soins. Après une période intense de chimiothérapie et de rayons, la phase des soins intensifs fut terminée et ses parents ont pu la ramener à la maison.»

JEUX DE RÔLES

Après avoir été suivie à l'hôpital, Laura continue à aller chez Isabel Witschi Eberle dans le cadre d'une musicothérapie ambulatoire, «afin de pouvoir travailler sur les événements traumatiques et difficiles». La maladie reste un thème récurrent.



Laura fait de nombreux jeux de rôles avec ses peluches.

«Laura raconte le temps qu'elle a passé à l'hôpital. Quand cela lui fait trop, nous jouons ensemble sur les instruments. Elle fait des jeux de rôles de ce qu'elle a vécu avec un ours en peluche. Il doit subir un nombre incalculable de piqûres et Laura le soigne avec de nombreux «sparadraps».

«Quand il a peur, elle le calme avec une chanson ou avec le kantele, ou me demande de le faire. Elle chasse le «méchant nain» de la tête de l'oursin avec le tambour et donne pour la première fois de la place à sa rage. Les sentiments deviennent un thème, ils retentissent sur des tambours, des maracas, des xylophones et la voix. La musique lui permet d'exprimer ses sentiments, de laisser résonner son vécu et en même temps de se distancer des choses pesantes.»

« Quand la musicothérapeute est venue, notre fille a réagi : son pouls a changé »

Gabriela, la maman de Laura, confirme : «La musique lui a apporté de la joie. Or la joie est importante pour les enfants, elle amène la motivation de se battre. Laura pouvait aussi parler de ses peurs et de ses espoirs avec la musicothérapie. Et elle a pu dire sa colère sur les percussions.»

LE PLUS BEAU ? SA GAÏTÉ

Aujourd'hui, Laura est une boule d'énergie, raconte sa maman. Elle aime aller chaque semaine à son groupe de jeux en forêt et à sa séance d'équitation thérapeutique. «Elle le fait avec beaucoup d'enthousiasme. Elle joue aussi avec plaisir du ukulélé. Mais le plus beau à voir, c'est sa gaïté.»

«Elle n'aime par contre pas évoquer sa période à l'hôpital, mais elle apprécie quand je lui en parle, poursuit sa maman. Par exemple, elle aime voir le livre de photos d'alors et trouve que toutes les photos sont belles, même celles des temps difficiles. Avec sa petite sœur, elle joue souvent au médecin et au patient et rejoue beaucoup ce qu'elle a vécu à l'hôpital. Elle s'y connaît d'ailleurs bien en instruments et en termes techniques !»

Nos thérapeutes DES SONS APAISANTS POUR LES PRÉMATURÉS



Tamara Ziegler calme deux prématurés avec son instrument.

Une jeune musicothérapeute a débuté son activité à l'Inselspital de Berne en début d'année. «C'est impressionnant de voir à quel point les soins envers les nouveau-nés sont entourés d'amour et la manière dont toute l'équipe soutient les parents des prématurés.» Telles sont les premières impressions de Tamara Ziegler, qui a trouvé au service de néonatalogie un emploi qui la comble. «Je suis heureuse de pouvoir faire partie de cette équipe et d'accompagner avec la musicothérapie les enfants ainsi que leurs parents.» Titulaire d'un Bachelor of arts en musicothérapie et d'un Master en pédagogie musicale/rythmique, elle a ensuite suivi une formation continue en musicothérapie pour les prématurés.

L'interview

L'OBÉSITÉ, UNE SOURCE DE SOUFFRANCE

Le Dre Nathalie Farpour-Lambert lance un cri d'alarme : l'obésité touche des enfants toujours plus jeunes et devrait être considérée comme une maladie chronique. Cette spécialiste de la question constate les bienfaits de la danse-thérapie auprès des jeunes patients.

En Suisse, environ un enfant sur cinq souffre de surpoids. Les spécialistes de la santé s'inquiètent du fait que l'obésité touche des enfants toujours plus jeunes et qu'elle est plus sévère. «Cela malgré les campagnes de prévention. Ces dernières n'arrivent pas à freiner cette évolution, ni en Suisse, ni ailleurs en Europe», constate Nathalie Farpour-Lambert, médecin adjointe agréée aux HUG, responsable notamment du programme Contrepoids, service d'enseignement thérapeutique pour maladies chroniques. Parmi les causes incriminées : un marketing alimentaire très agressif envers les enfants et des aliments ultra-transformés.

Dans quel état psychologique se trouvent les enfants avec obésité ?

N.F.-L. Ils sont souvent en grande souffrance psychologique : conflits familiaux, parents séparés ou événements de vie qui débouchent sur une tendance à se couper des autres. Ils ont une très mauvaise estime d'eux-mêmes. Souvent les enfants

avec obésité sont stigmatisés. Et quand cette souffrance se transforme en trouble du comportement alimentaire, elle peut résulter en une obésité sévère.

Comment expliquez-vous cette stigmatisation ?

N.F.-L. Il y a un rejet de la société, car cette dernière nous renvoie le reflet de la minceur à tout prix, c'est la norme actuelle. Ces enfants sont donc vus comme des faibles qui ne font pas d'efforts. On rejette la faute sur l'individu, alors qu'il faudrait l'imputer à l'environnement. Et les mots sont importants : pour diminuer cette stigmatisation, nous recommandons de parler d'enfants avec obésité, et non d'enfants obèses.

Dans quelle mesure l'art-thérapie est-elle utile pour ces enfants ?

N.F.-L. Comme ils ont souvent une estime d'eux-mêmes très basse, qu'ils se sentent «nuls, gros et lourds», l'art-thérapie leur permet d'exprimer cette souffrance. On travaille alors cette image corporelle pour qu'ils se voient différemment, on travaille sur la perception, le ressenti. La danse-thérapie les aide à s'exprimer. On sent petit à petit qu'ils deviennent plus ouverts, qu'ils s'expriment, qu'ils se sentent mieux dans leur peau. Leur estime de soi remonte. On le voit : leurs troubles alimentaires ne progressent plus, voire régressent, ils prennent moins de poids



Dre Nathalie Farpour-Lambert : «Les enfants avec obésité sont souvent stigmatisés».

ou arrêtent d'en prendre. Et eux-mêmes le verbalisent, ils disent se sentir mieux. On constate parfois des progrès massifs chez ces patients.

Y a-t-il des points particulièrement importants dans cette prise en charge ?

N.F.-L. Il est très important d'impliquer les parents dans l'art-thérapie, car cela renforce leur relation avec leur enfant. Autre point : plus cette maladie est prise à un stade précoce, moins elle a de risques de se maintenir à l'âge adulte. C'est la raison pour laquelle il est primordial de débiter la danse-thérapie déjà avec des enfants tout petits.

Brèves

EN UNE DU NATIONAL GEOGRAPHIC!



Très belle reconnaissance pour la Professeure Petra Huppi des Hôpitaux Universitaires de Genève, et la musicothérapeute Dr Manuela Filippa, également des HUG : leur étude «Musique et chant pour les prématurés», soutenue par la Fondation Art-Thérapie, a été sélectionnée par le *National Geographic* comme étant l'une des 12 innovations qui révolutionneront le futur de la

médecine. Elle a même fait la une des éditions brésilienne et chinoise du célèbre magazine. Dans la foulée, ces deux spécialistes ont fait l'objet d'un long article dans la *Tribune de Genève*.

POUR LES GRANDS ET LES PETITS

Pendant deux semaines, la Fondation Art Thérapie était présente au Centre

Manor Chavannes (VD), pour aller à la rencontre du public. Les adultes pouvaient en apprendre plus sur l'art-thérapie, tandis que les enfants ont pu se faire maquiller, écouter les histoires d'une conteuse ou les chansons de Gaëtan, le chanteur pour enfants. Petits et grands ont également pu accrocher des étoiles sur le sapin géant. Quant aux dons, ils se sont élevés à quelque 10'000 francs.



Éléonore Gruffel Sauter, la directrice de la Fondation, a rencontré de nombreux enfants et adultes lors de cette action.

« J'ARRIVE MIEUX À ÉCRIRE ET ME SENS PLUS SÛRE DE MOI »

Peu connue, la dysgraphie est pénalisante et peut avoir d'importantes conséquences. Témoignages d'une adolescente et de son art-thérapeute.

« Je me sentais pénalisée, moins bonne que les autres, plus stupide. Déjà à la maternelle, je me sentais triste, car j'entendais l'enseignante dire des choses sur moi », raconte Giorgia*, une adolescente suivie au service pédiatrique de l'Hôpital régional de Lugano, notamment par l'art-thérapeute Mariella Mulattieri. Dans cet hôpital, des séances de rééducation du geste graphique complémentaires aux séances d'art-thérapie sont données depuis un peu plus d'un an à quelques jeunes souffrant de dysgraphie.

PAS UN PROBLÈME DE Q.I

La dysgraphie est un trouble de la réalisation du geste graphique. Encore largement méconnue, elle peut apparaître isolément, mais est plus souvent associée à d'autres troubles spécifiques de l'apprentissage (tels que la dyslexie, la dysorthographe ou la dyscalculie, par exemple). Surtout, insiste Mariella Mulattieri, « c'est un diagnostic qui est posé uniquement si la personne a un certain niveau d'intelligence. C'est important de le dire, car les enfants dysgraphiques sont fréquemment traités d'incapables



Mariella Muattieri utilise l'art-thérapie et la rééducation du geste graphique.

ou d'invalides mentaux, alors qu'ils n'ont absolument aucun problème de quotient intellectuel. »

Ces enfants sont parfois mis à l'écart et moqués. Il se peut que leur confiance en eux chute et que leur socialisation en pâtit. Sans compter qu'ils ont des difficultés à prendre des notes et à suivre en cours, car la dysgraphie comporte une lenteur dans l'écriture.

FORMATION SPÉCIFIQUE

C'est pour cela que la thérapeute a décidé de suivre une formation spécifique (à Milan) sur la dysgraphie : « Pour les aider à reprendre confiance en eux, à retrouver leur self-estime et à relire leur propre histoire scolaire et relationnelle. » Giorgia confirme : « Je me sens désormais plus sûre de moi. »

Le but n'est donc pas de transformer radicalement l'écriture de façon esthétique, mais de faire en sorte que ces personnes aient une écriture plus lisible, fluide et rapide. « Même si on écrit toujours plus sur des ordinateurs, l'écriture fait partie de nous. Qu'on pense seulement à notre signature ! ».

Deux approches sont utilisées en parallèle ou l'une après l'autre : « la rééducation du geste graphique (exercices pré-graphiques pour les aider dans le geste, relaxation du corps pour faire baisser les tensions ressenties dans les bras, mains et épaules, etc.) et, si besoin, l'art-thérapie pour leur redonner l'estime d'eux-mêmes et leur insuffler le plaisir d'écrire. »

Et la méthode fonctionne. Ainsi, en 6 mois, la jeune fille traitée à Lugano pour une dysgraphie est parvenue à atteindre une écriture lisible. « Mon écriture est devenue plus fluide. J'arrive à mieux écrire, à être plus ordonnée et plus sereine. »

*Prénom d'emprunt

Impressum
Editeur Fondation Art-Thérapie
Genève
Contact Tel. +41 78 838 24 26
info@arttherapie.org
www.arttherapie.org
Rédaction Aline Yazgi
Maquette, mise en page Tassilo
graphisme & illustration

Photo Hôpitaux Universitaires
de Genève; Fabienne Stocker,
Ostschweizer Kinderspital St. Gallen;
Ospedale regionale di Lugano;
Inselspital Bern. Dessin : Centre
Socio-pédiatrique, Kantonsspital
Winterthur
Impression Print Riviera



Lorsqu'on célèbre un anniversaire important, il est fréquent que les amis et la famille demandent s'il y a un cadeau commun. Et parfois, on ne sait pas quoi répondre ! Pourquoi ne pas proposer alors un don à la Fondation Art Thérapie ? Vos dons sont essentiels, car ils permettent d'offrir à des jeunes patients hospitalisés en Suisse des séances d'art-thérapie par des thérapeutes diplômés. Les bienfaits de la musicothérapie, l'art-thérapie et la danse-thérapie ont été démontrés. Grâce à votre générosité, des nouveau-nés, des enfants et des adolescents guériront plus vite.

Votre don à la Fondation Art-Thérapie, reconnue d'utilité publique, est fiscalement déductible.

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
BIC/SWIFT : CRESCHZ12A

Online : www.arttherapie.org