

# Créer pour guérir

LE JOURNAL Été 2021  
de la Fondation ART-THERAPIE

## ÉDITORIAL

### Bien positionné pour le futur

2020 fut une année extraordinaire, et ce, sous plusieurs aspects. Le Covid-19 nous a contraints à nous arrêter et à réfléchir; la santé était au centre de nos préoccupations et a transformé notre quotidien.

Les programmes mis en œuvre dans nos hôpitaux partenaires ont dû être suspendus ou réduits à titre temporaire, tandis qu'ils ont été intensifiés dans d'autres, ce grâce à des solutions créatives. Les enfants ont tout particulièrement souffert des restrictions de visites. Dans ce contexte, la valeur de l'art- et de la musicothérapie s'est trouvée confirmée.

Malgré de nombreux défis, nous pouvons nous réjouir d'une année réussie, un résultat que nous devons également à nos fidèles donateurs.

Sur le plan interne, nous avons mis à profit cette période pour adapter notre Fondation à la croissance de ces dernières années. Depuis février j'ai repris la gestion administrative de la Fondation ART-THERAPIE. Après de nombreuses années d'activité dans le secteur culturel, je me réjouis de mettre mon savoir-faire au service de la fondation et grâce à une équipe motivée de la conduire vers l'avenir.

Au nom du Conseil de Fondation et de toute l'équipe, je tiens à vous remercier de votre intérêt et de votre précieux soutien.

**Silvana Mombelli Thommen,**  
Responsable administrative



FONDATION ART-THERAPIE  
Créer pour guérir

## FOCUS

### DEUX PROJETS PROMETTEURS: GUÉRIR PAR LE SON ET L'ART



**Grâce au soutien de la Fondation et de ses donateurs deux projets intéressants seront prochainement mis en œuvre au Centre Hospitalier Universitaire de Lausanne (CHUV). Au terme de longs travaux préparatoires et de discussions intenses, notre Conseil de Fondation a pu approuver les programmes fort bien documentés présentés par les responsables.**

Cela fait neuf ans que Antonio Esperti, musicien, compositeur et thérapeute [MA en MusicArThérapie], accompagne les patient-e-s hospitalisé-e-s pour de longues périodes dans l'Unité d'Hospitalisation psychiatrique pour adolescents UHPA de l'Hôpital universitaire. Il le fait avec beaucoup de succès, car, outre les séances de thérapie proprement dites, il compose également des pièces de musique spécifiquement destinées à ce groupe de patient-e-s, des musiques qui contribuent à leur relaxation et les encouragent à s'ouvrir.

#### Prévenir la schizophrénie

Antonio Esperti sait par expérience à quel point la détection précoce des troubles psychotiques est importante. À la demande du Dr Paul Klauser,

psychiatre pour adolescent-e-s et chercheur au CHUV, Esperti collabore à un projet de recherche novateur d'une grande portée. Il s'agit de détecter et d'atténuer les troubles cognitifs au moyen d'une stimulation sonore de 40 hertz. «J'ai constaté en psychiatrie que la capacité cérébrale est altérée chez environ 30 % de ces adolescent-e-s», explique-t-il. «C'est à partir de ce stade précoce qu'une psychose peut se développer, avant d'évoluer vers la schizophrénie».

Ces troubles sont probablement liés à une défaillance chez certains interneurons lésés, que l'on retrouve également dans la schizophrénie. Même à ce stade précoce, la qualité de vie, la formation ou l'activité professionnelle des adolescent-e-s sont altérées.» Page 2

Suite de l'article page 1 » L'objectif de cette étude translationnelle de trois ans est d'utiliser la stimulation sonore au moyen de fréquences gamma afin d'intercepter les neurones lésés, réduire le stress oxydatif et l'inflammation, et compenser les anomalies afin d'atténuer les troubles qui y sont associés.

Comment imaginer cela concrètement? Antonio Esperti travaille comme musicothérapeute et compositeur dans une équipe multidisciplinaire avec des neuroscientifiques et des psychiatres, et accompagne les jeunes patient-e-s. Il explique: «Les jeunes à risque de psychose doivent écouter pendant une demi-heure chaque jour durant trois semaines des pièces de musique que j'ai composées, pièces où j'ai intégré un bruit blanc de 40 hertz exactement. L'oreille ne le perçoit pas ou très faiblement. Au bout d'un certain temps, cette stimulation conduit à des interneurons «plus performants» ce que l'on peut constater en mesurant les ondes cérébrales, des marqueurs inflammatoires et l'imagerie spectroscopique de la composition cérébrale, entre autres.» Le groupe témoin écoute la même musique, mais sans le «bruit blanc».

**Cette forme de musicothérapie réceptive et peu invasive est une approche prometteuse que l'on peut utiliser dans les premiers stades de la schizophrénie, chez les adolescent-e-s présentant un état mental à risque. Ces données pourraient être utilisées pour élaborer un traitement efficace des déficiences cérébrales.**



## Centres de jour pour les enfants

Des enfants souffrant de troubles neurodéveloppementaux, émotionnels ou du comportement, âgés de deux à douze ans sont pris en charge dans quatre structures mises en place par le CHUV. Certains enfants sont issus de milieux conflictuels et/ou connaissent de grandes difficultés scolaires. Grâce à une prise en charge médico-thérapeutique et pédago-éducative précoce, ils ont de meilleures chances à pouvoir rejoindre un cursus de l'école ordinaire. Les centres sont à la fois un centre psychothérapeutique affilié au Service universitaire psychiatrique de l'enfant et de l'adolescent (Cheffe du département de psychiatrie du CHUV : Prof. Kerstin von Plessen) et dirigés par la Dr Olga Sidiropoulou (cheffe de filière des centres de jour SUPEA) ainsi qu'une école de la Direction générale de l'enseignement ordinaire et de la pédagogie spécialisée [DGEO]. Pour assurer une prise en charge multidisciplinaire, la fondation soutient la mise en place d'un programme d'art-thérapie.

Naomi Middelman, artiste plasticienne et art-thérapeute diplômée, travaille depuis six ans avec de jeunes enfants. «Les séances permettent aux enfants d'éveiller leur curiosité et leur créativité, de s'exprimer par la création sans forcément passer par le langage, de travailler leur autorégulation émotionnelle, et de développer certaines ressources et compétences». Les séances en groupe ou individuelles permettent de soutenir le développement des compétences fonctionnelles et cognitives : les fonctions exécutives (comme la planification d'un projet et sa mise en œuvre), le développement du langage, les compétences sociales et l'attention conjointe entre autres. Alors que certains enfants débutent le suivi avec des capacités attentionnelles limitées à 5-10 minutes, chez un certain nombre d'enfants cette

capacité s'améliore significativement pour atteindre 45 minutes d'attention soutenue.

Le processus est souvent long et comprend de petites mais importantes étapes. « Dans cet espace de création et d'exploration, où il n'y a pas de jugement ni d'interprétation, l'enfant devient un acteur « actif » et ne se sent pas réduit au statut d'enfant ayant un trouble. Il peut ainsi développer et montrer des ressources qui ne sont pas toujours visibles dans d'autres contextes », explique Naomi Middelman.

## Ouvrir la communication

Elle raconte l'histoire d'un garçon de cinq ans ayant un trouble du spectre autistique qui était enfermé dans son monde, d'où il était difficile de le soustraire. Il y est parvenu en explorant différentes sensations avec la thérapeute, en jouant avec du sable et de l'eau, en commençant peu à peu à mettre des mots sur les sensations, à développer son attention conjointe et avec le temps à s'investir dans le jeu symbolique. L'art-thérapeute décrit comment il a fini par parler de ses émotions et des situations stressantes qu'il vivait. « Sans un mot, sans contact visuel, petit à petit il a trouvé un moyen de s'exprimer, de s'ouvrir à son environnement et de trouver un plaisir partagé ».

Naomi Middelman aime travailler en étroite collaboration avec les autres thérapeut-e-s (psychologues, logopédistes, psychomotriciennes, etc.), car cela permet d'appréhender et de comprendre les patients sous différents angles. Le travail multidisciplinaire et les échanges réguliers au sein de l'équipe vont également de soi dans les centres de jour du CHUV. « Comme les enfants sont scolarisés au centre de jour pour au moins 2 ans, cela permet un travail soutenu et de voir une véritable évolution, très souvent positive. » ♥

« Lorsque vous travaillez avec l'art, vous développez de la curiosité et une certaine résilience. Vous pouvez exprimer quelque chose de cette seule et unique manière. »

Naomi Middelman

### Une nouvelle équipe



Depuis l'automne dernier, plusieurs changements au sein de l'équipe opérationnelle ont eu lieu. Travaillant toutes à temps partiel, nos collaboratrices doivent faire face à de nombreuses tâches exigeantes. Outre leur savoir-faire et leur expérience, les membres de l'équipe possèdent de solides connaissances linguistiques: leurs langues maternelles sont en effet l'allemand, le français et l'italien ainsi que l'anglais. Sur la photo, l'équipe complète, lors de la séance hebdomadaire avec dans le sens des aiguilles d'une montre: Charlotte Leber, présidente du Conseil de Fondation, Muriel Leber [coordination des projets et communication], Sophie Tarchini [collecte de fonds Suisse romande], Martina Mächler [administration], Jasmin Stihl [stagiaire jusqu'à fin juin], Andrea Abegg Serrano [collecte de fonds Suisse alémanique], Silvana Mombelli Thommen [gestion administrative].

### Passage de témoin

Après dix années de bons et loyaux services, nous disons au revoir à notre collaboratrice Helena Zaugg, qui nous quitte pour une retraite bien méritée. Avec son engagement et sa passion, elle a façonné, contribué à structurer et fait avancer la Fondation ART-THERAPIE. Nous l'en remercions du fond du cœur. Helena Zaugg a passé de nombreuses années dans le marketing et le journalisme. Alors qu'elle est à la recherche

d'une nouvelle activité utile, elle rencontre Charlotte Leber, qui est à l'origine de la Fondation. Helena Zaugg était surtout chargée de l'administration. «J'ai également pu me familiariser avec la collecte de fonds et mettre à profit mon expérience en matière de communication», dit-elle. «Mon admiration va aux thérapeut-e-s et aux équipes médicales. Ils font tous un travail remarquable.» Elle a été particulièrement marquée par ses rencontres avec les jeunes patient-e-s et leurs parents. Elle s'est identifiée aux valeurs de la Fondation et a défendu avec conviction ses préoccupations. «Même après mon départ, je resterai personnellement liée à la Fondation», explique-t-elle. Nous aussi nous resterons en contact avec vous, chère Helena. Nous vous souhaitons bonne chance et vous remercions vivement pour votre magnifique engagement.



### De merveilleux cadeaux

Dans notre journal été-automne 2020, nous avons annoncé la vente aux enchères d'art de l'association privée zurichoise «We Help You». La Fondation ART-THERAPIE a été sélectionnée en tant qu'organisation à but non lucratif œuvrant pour le bien-être des enfants. Le 25 novembre 2020, nous nous sommes vu remettre le généreux montant de 34'500 CHF, ce qui est un superbe résultat!

Le produit de la vente de l'édition limitée «Carré généreux» de Hermès a également été remarquable [nous l'avons présenté dans la dernière édition du journal]. L'exclusif foulard *Mountain Zebra*

était rapidement épuisé dans les boutiques Hermès. Nous sommes très reconnaissants à la Maison Hermès et à la plateforme numérique d'engagement social Alaya d'avoir lancé cette action de collecte de fonds.

### Concert de collecte de fonds

En 2020, les ambassadeurs de la Fondation ART-THERAPIE n'ont pu lancer aucun événement en faveur de nos programmes, ce en raison de la pandémie. Une manifestation devrait être organisée à Lugano, en automne. Il s'agit d'un concert au Centre culturel LAC avec Louis Lortie, pianiste canadien et directeur artistique du festival LacMus sur le lac de Côme. Des informations détaillées seront communiquées par le biais de la newsletter et des réseaux sociaux. Ne manquez pas de nous suivre sur ces canaux pour plus d'informations!

### Projet scolaire et art-thérapie

Un groupe d'élèves de l'International School Zurich Nord à Wallisellen/ZH a contacté notre Fondation à la fin du mois de mars. Les jeunes de 11 ans voulaient en savoir plus sur l'art-thérapie et ses effets, et nous ont demandé notre soutien. Nous avons été heureux de contribuer à ce projet et avons fait en sorte qu'ils obtiennent un entretien avec Tanja Onorato, spécialiste de l'art-thérapie et de la thérapie expressive à l'Hôpital pédiatrique de Zurich. Les élèves ont présenté leur projet en ligne début juin, suivi d'une petite collecte de fonds en faveur de l'art-thérapie.

### Les échos du vacarme RTS 1

L'art-thérapie était également un sujet d'actualité à la Radio suisse romande La 1ère. Le thème «Soigner par le beau» a été exploré en profondeur pendant toute une semaine. Lors de l'émission finale du 26 mars, Cristina Anzules, musicothérapeute soutenue par la fondation était parmi les invités. Elle a ainsi discuté des programmes destinés aux jeunes en surpoids à l'Hôpital universitaire de Genève, programmes cofinancés par la Fondation ART-THERAPIE. ♥

## ACTUALITÉS

### Suivez-nous en ligne



L'art- et la musicothérapie méritent d'être mieux connues en Suisse. Grâce à nos réseaux sociaux vous pourrez en apprendre davantage sur notre mission et nos activités et ainsi soutenir les enfants malades dans nos hôpitaux partenaires. Rejoignez-nous en ligne et échangez avec nous vos idées et vos commentaires. Nous sommes impatients de faire votre connaissance et apprécierons chaque like et follower!

### Newsletter électronique

A petit effort, grand effet: il vous suffit de compléter le talon-réponse préaffranchi et de nous le retourner. Vous trouverez ainsi à l'avenir notre Newsletter dans votre boîte aux lettres électronique, vous accumulerez moins de papier à la maison et contribuerez ainsi à réduire notre empreinte écologique. Nous apprécions vivement l'intérêt que vous portez à notre Fondation et nous réjouissons de pouvoir continuer à vous fournir des informations de première main.

La Newsletter électronique est envoyée deux à quatre fois par an.

### Rapport annuel 2020

Vous pouvez en savoir plus sur les activités de la Fondation ART-THERAPIE en lisant notre rapport annuel 2020, qui peut être téléchargé depuis notre site [www.arttherapie.org/fr/la-fondation/downloads](http://www.arttherapie.org/fr/la-fondation/downloads).



### Premières impressions

Depuis l'automne dernier, Alexandra Fülischer, musicothérapeute clinique à l'Hôpital universitaire pédiatrique des deux Bâle (UKBB), travaille en collaboration avec Monika Esslinger, musicothérapeute de longue date. Elle a pris en pleine pandémie son poste à l'hôpital où elle avait déjà effectué son stage et a rencontré une situation passablement différente. «Il ne restait plus grand-chose de cette atmosphère animée avec des voix d'enfants et beaucoup d'agitation dont j'avais le souvenir.

On vous remet un masque à l'entrée et seuls le personnel et les parents sont autorisés dans l'établissement. Un établissement étonnamment silencieux. Il est donc d'autant plus important d'accompagner avec la musicothérapie les enfants dans les différents services.» Madame Fülischer est particulièrement fascinée par la diversité des situations qu'elle rencontre. C'est émouvant, dit-elle, de voir les yeux brillants des enfants lorsque je traverse l'hôpital avec mon chariot musical multicolore. «Pouvoir apporter aux petits patients un soutien émotionnel pendant la période stressante de l'hospitalisation, leur offrir un moment d'insouciance et soutenir les parents dans ces moments difficiles est particulièrement valorisant.» ♥



## LES ENFANTS HOSPITALISÉS ONT BESOIN DE VOUS – AUJOURD'HUI PLUS QUE JAMAIS!

C'est pourquoi votre don est si important: à l'hôpital, les enfants et les adolescent-e-s gravement malades souffrent particulièrement de la pandémie. Ils sont déstabilisés et ont besoin de soutien. L'art et la musicothérapie contribuent à leur guérison, les stabilisent et leur permettent de se (re)construire. Offrez-leur de la sécurité et un peu de lumière!

Votre don à la Fondation ART-THERAPIE, organisme à but non lucratif, est déductible des impôts. A partir d'un montant de 50 CHF, vous recevrez une attestation de don.

PostFinance: 12-731551-9  
IBAN: CH29 0900 0000 1273 1551 9

Banque: CREDIT SUISSE  
IBAN: CH19 0483 5148 9262 1100 0  
BIC/SWIFT: CRESCHZ12A

Dons en ligne:  
[www.arttherapie.org](http://www.arttherapie.org)

