

“ Un jardin thérapeutique se conçoit

Convaincues des bienfaits des jardins, **Laure Bentze et Stéphanie Personne ont créé Terr'Happy**. Basée à Paris, elle vise à calmer l'anxiété, à améliorer la concentration, à favoriser l'ouverture aux autres afin de répondre aux



◀ Laure Bentze (à gauche) et Stéphanie Personne se sont rencontrées à Agro-ParisTech. Leur entreprise, Terr'Happy, est née de leur envie de mettre leurs compétences au profit des personnes fragiles via des jardins spécialement adaptés. Ces derniers permettent de se reconnecter avec la nature, de profiter des bénéfices qu'apportent ces espaces en termes de santé. Ils doivent toutefois être conçus écologiquement et avec beaucoup de réflexions.

PHOTO : ISABELLE BOUCQ



◀ À Saint-Germain-en-Laye, les deux femmes ont créé un jardin dans un centre accueillant des personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer. Après avoir analysé le passé et les besoins actuels des patients, elles ont choisi d'installer un bac accueillant des plantes agréables à toucher : stipe, Stachys, sauge officinale, céraiste tomenteux, thym laineux, santoline...

PHOTO : TERR'HAPPY



Par un après-midi de janvier, Laure Bentze et Stéphanie Personne inspectent l'avancée des travaux dans le jardin de la Résidence des Jardins de Montmartre. Ce site accueille 98 personnes âgées en plein cœur du quartier

touristique de Paris (18^e). Havre de verdure dans la ville, cet espace est en plein réaménagement pour que les résidents puissent venir y jardiner dans des bacs surélevés, profiter d'un cocon de grimpantes (clématite, houblon), déguster des petits fruits rouges à portée de main ou discu-

ter sur la placette autour d'un grand robinier. Encadrés au départ par Anne Ribes, pionnière des jardins de soin en France, avant d'être pris en main par la psychologue et la psychomotricienne du lieu, des ateliers attireront les résidents dans le jardin dès le printemps.

► **Une start-up de l'économie solidaire et sociale.** Avec leur solide bagage scientifique (voir l'encadré Repères) et une passion commune pour la nature, les deux jeunes femmes décident de lancer une entreprise pour connecter des personnes fragilisées à la nature à travers des jardins adaptés. Il s'agit d'améliorer leur bien-être physique, psychique et social. En juin 2016, naît Terr'Happy. Cette start-up de l'économie solidaire et sociale bénéficie du soutien d'Antropia (1), un catalyseur d'entreprises sociales rattaché à l'école de commerce ESSEC. « Les choses sont claires : notre mission sociale est au premier plan. Notre but économique est d'être viable à long terme, au bénéfice de cette mission », précisent les deux fondatrices.

► **Des jardins issus de la concertation.** En accord avec les principes exposés dans le livre *Therapeutic Landscapes*, de Clare Cooper Marcus et Naomi Sachs (2), les deux femmes estiment qu'il est indispensable de concevoir un jardin thérapeutique en concertation avec les bénéficiaires, les soignants et les familles. C'est pourquoi leurs projets commencent par un temps de rencontre et d'enquête. Ici, quatre réunions ont été nécessaires : « Nous cherchons à savoir si les gens avaient des jardins auparavant, de quelle région ils viennent, quels sont leurs souhaits. Grâce à ces discussions informelles, nous obtenons les indices pour créer le jardin. C'est un gros investissement en temps, mais c'est indispensable pour faire mûrir le projet et augmenter ses chances d'aboutir », explique Laure Bentze. Ce n'est que dans un deuxième temps qu'elles dessinent et proposent un jardin. Pour le gros œuvre, elles font appel à des entreprises d'espaces verts, même si elles retrouvent aussi leurs manches pour assembler des jardinières en bois ou encore une cabane.

La toxicité des plantes

Dans les jardins thérapeutiques fréquentés par des personnes qui présentent des démences et des risques de confusion, *quid* des plantes dangereuses ? Toutes sont potentiellement toxiques, diront certains. « C'est une question de bon sens, répond Stéphanie Personne. Prenons le

muguet. Son odeur est agréable, il évoque une saison bien particulière. Mais il est très toxique. Nous en discutons avec les soignants, nous leur expliquons les risques. On ne le plantera pas au milieu des légumes afin d'éviter tout risque de confusion. Au potager, on ne plante que du comes-

tible. » Parmi les autres plantes qui suscitent la méfiance : le laurier rose, la digitale ou encore les euphorbes dont la sève est très irritante, notamment pour les yeux. Une solution consiste à les placer hors d'accès. Dernier conseil de bon sens, on se lave les mains en rentrant du jardin.

en concertation pour être vivant

Saint-Germain-en-Laye (78), leur entreprise conçoit des espaces de santé destinés, entre autres, besoins de personnes fragiles, en difficulté.



◀ Dans cette résidence située sur la butte Montmartre, à Paris, Laure Bentze et Stéphanie Personne ont envisagé un jardin qui se répartit sur plusieurs niveaux. Les divers éléments installés vont être aménagés et vont accueillir des espèces adaptées aux besoins des bénéficiaires.

PHOTO : ISABELLE BOUCQ



◀ Lors d'ateliers de végétalisation de bacs, dans une résidence d'autonomie du Val-d'Oise, une dizaine de résidents ont rejoint l'activité avec enthousiasme : les plantes apaisent leurs angoisses, leurs peurs, donnent un sens et une utilité à leur vie...

PHOTO : TERR'HAPPY

► **Penser également à la santé du jardin...** « Un jardin thérapeutique doit être vivant. Pollué, il ne peut pas être bon pour la santé : c'est un non-sens, affirme Stéphanie Personne avec conviction. Une conception écologique a forcément un impact sur le choix des plantes : non envahissantes, attractives envers les auxiliaires de culture

comme les oiseaux et les coccinelles pour éviter les produits phytosanitaires. La diversité contribue à rendre le jardin attractif pour les bénéficiaires. » Les plantes potagères occupent une place centrale dans la palette à la disposition des concepteurs de jardins thérapeutiques : « Elles se prêtent à des activités, ce sont celles qui parlent le plus aux bénéficiaires du jardin même si, à Paris, les gens sont généralement plus attirés par les fleurs. Parfois nous choisissons une plante précise, pour faire venir une personne, en tant que participante

« Nous cherchons à savoir si les gens avaient des jardins auparavant, de quelle région ils viennent... »

ou même seulement comme observatrice », continue Laure Bentze.

Dans un ESAT, établissement et service d'aide par le travail qui accueille des personnes handicapées, Stéphanie Personne se souvient avoir créé une nursery de fraisiers : « J'ai comparé les stolons à des cordons ombilicaux pour les nouveaux fraisiers. Nous les avons enracinés dans des pots, en les tenant avec une épingle à cheveux, avant de les replanter ailleurs. C'est un bon prétexte pour parler, par exemple, du cycle de la vie. C'est magique. » Avec des personnes âgées souffrant de troubles neurodégénératifs, le langage peut faire défaut, mais les plantes font appel aux autres sens : on peut caresser (les « cheveux d'ange » ou les « oreilles de lapin »), certaines réveillent des souvenirs grâce à leurs fragrances. « Chez une personne âgée en train de perdre la vue, toucher et sentir des plantes a fait naître un sourire sur son visage », se souvient Stéphanie Personne.

En 18 mois, Terr'Happy a réalisé une dizaine de projets. Dans un établissement d'accueil de jour de l'association Étape 3A à Saint-Germain-en-Laye (78), un jardin apaisant permet aux patients atteints de la maladie d'Alzheimer de calmer leur anxiété. Des bacs de légumes, plantes à toucher, plantes à tisane (mélisse, verveine, sauge ananas...), un bassin et ses poissons, une mangeoire et des bancs... attirent les « accueillis » dans le jardin.

« Nous avons montré aux soignants comment animer des ateliers ; c'est indispensable pour que le jardin vive dans le temps », explique Laure Bentze.

Dans des résidences pour des personnes âgées autonomes, les deux créatrices ont également conçu des jardins à la demande du directeur qui voulait « une activité qui ait du sens et qui soit durable dans le temps ».

À l'ESAT des Hauts-de-Cergy (95), on attend du jardin qu'il aide les travailleurs handicapés à améliorer leur concentration et leur capacité à travailler

en équipe. Le potager plein sol, objet d'un partenariat avec un collège voisin afin d'ouvrir l'ESAT à l'extérieur, accueille des associations bénévoles : framboisiers et myosotis, fraises et basilic, ou encore oeillets d'Inde et tomates.

► **Former les soignants.** Constatant qu'il n'existait pas de formation en Île-de-France, les fondatrices de Terr'Happy ont organisé une première session de trois jours en 2017, reconduite du 28 au 30 mai 2018. Elle est destinée aux soignants, animateurs, travailleurs socio-éducatifs,

mais aussi aux professionnels du paysage. Cette « initiation au jardinage thérapeutique dans un jardin de soin » se déroule à Maule (78), et elle est organisée en collaboration avec l'association Belles Plantes d'Anne et Jean-Paul Ribes.

Le Jardin d'Épi Cure, implanté dans un foyer d'accueil médicalisé, à proximité, fournit un terrain d'application. Les stagiaires, dont certains ont déjà un projet en route, y apprennent comment concevoir, réaliser et animer un jardin de soin.

Pour Stéphanie Personne et Laure Bentze, « ces jardins demandent une réflexion et une approche centrées sur les bénéficiaires. Et cela ne s'improvise pas ». ■

Isabelle Boucq

(1) Antropia a pour mission d'accompagner les entreprises innovantes à vocation sociale et/ou environnementale.

(2) Le Lien Horticole n° 933 du 17 juin 2015.

REPÈRES

Portrait des deux créatrices

STÉPHANIE PERSONNE : titulaire d'un doctorat en écophysiologie végétale, elle est depuis dix ans formatrice en biologie végétale et écologie au CFA de Saint-Germain-en-Laye (78). Elle a rencontré Laure Bentze durant son certificat de spécialisation en ingénierie des espaces végétalisés urbains à AgroParisTech.

LAURE BENTZE : elle terminait un master en biologie, écologie et évolution lorsqu'elle a fait la connaissance de Stéphanie Personne, après un parcours professionnel dans d'autres domaines.

TERR'HAPPY : entreprise de conception, réalisation, formation autour des jardins de soin (www.terrhappy.fr).



VENEZ FÊTER LE PRINTEMPS !

Rejoignez-nous à nos Fêtes du Printemps à

- Toulon (83) 20 & 21 mars
- Epinay-sous-Sénart (91) 12 avril

Laissez-vous inspirer par nos Journées Techniques Espaces Verts !

Tél 00 31 72 505 1481
Email info@ververexport.fr

Inscrivez-vous sur notre site :
www.ververexport.fr/evenements

