DOSSIER

© Stéfanne Prijot (GoodPlanet)

Il n'y a pas d'âge pour le jardinage

L'association GoodPlanet accompagne plusieurs projets de jardins intergénérationnels, au cœur de maisons de repos ou de services aux personnes âgées. Des lieux où élèves et seniors construisent ensemble et cultivent leurs différences.

« *Dommage que ce soit fermé sinon on pourrait sortir. Ici, c'est la sécurité, c'est le repos, on n'a plus rien à faire. Manger, dormir, manger, dormir.* » À travers la vitre, Yvette, 88 ans, regarde les enfants aménager le jardin de la maison de repos Anne-Sylvie Mouzon, à Saint-Josse. A l'extérieur, une animatrice fait signe de la main : « *Vous pouvez venir !* » Après de longues hésitations, elle ose finalement. Elle ouvre la porte, tâtonne, s'accrochant fermement à la rampe d'escalier. Une fillette vient l'embrasser, un autre lui prend la main. Dehors, petits et vieux synchronisent leurs pas au milieu des arbres fruitiers, des plantes aromatiques, des fleurs... Dans la salle d'animation, enfants et seniors bricolent avec des éléments naturels. L'un prête ses mains, l'autre sa vue. Le home s'anime. « *Ça te change les idées car le temps est long,* poursuit Yvette. *Chacun ici a eu sa vie avant et apporte son bagage, mine de rien.* » Un peu plus tard, on la retrouve dans une cabane en saule tressé, à tailler la bavette avec un enfant taillant les tiges. Ses sourires effacent ses rides. On la voit renaître. Des instants émouvants filmés au fil des saisons par Stéfanne Prijot, pour un documentaire de GoodPlanet [1] au démarrage de son projet de jardins intergénérationnels.

Au fil des ans, le jardin s'est déployé. Un îlot de fraîcheur et de paix, caché derrière les bâtiments modernes abritant le CPAS, un centre médical et la maison de repos, dans une des communes les plus densément peuplées de Belgique. Quand le temps et les mesures sanitaires le permettent, des activités intergénérationnelles et interculturelles y sont organisées. Les personnes âgées y côtoient papillons et voisin·es, enfants et jeunes pousses. On y croise même des poules et un lapin. Un souhait des résident·es. Matin et soir, l'un·e d'eux nettoie la litière, nourrit Roussette et Cocotte, ramasse les œufs.

Prendre soin du vivant

Des jardins intergénérationnels comme celui-ci, l'association GoodPlanet en fait pousser aux quatre coins du royaume : de Saint-Josse à Auderghem, de Gand à Mons... A chaque fois, une maison de repos ou un centre de services pour seniors accueille les élèves d'une école voisine, les jeunes d'une maison de quartier ou de l'accueil extrascolaire à proximité. Une collaboration gagnant-gagnant. « *Le but de ces projets est de rassembler différentes générations à l'extérieur du lieu de vie des personnes âgées, pour rendre cet espace aussi vert que possible et pouvoir faire des activités autour de la nature* », résume Anna Leonard, chef de projet pour GoodPlanet. Pour sa collègue Tine Vanfraechem, la nature est un formidable outil de cohésion sociale : « *S'occuper de la nature et de l'environnement facilite le tissage de liens entre les gens, et entre les gens et la nature. C'est très facile de stimuler les contacts sociaux dans un chouette jardin, plus qu'à l'intérieur. Il y a toujours quelque chose à raconter, une plante ou un animal à montrer, ça attire petits et grands.* »

« *Quand on est au jardin avec les enfants, je rajeunis de 80 ans,* témoigne Madame Lili, résidente du Centre Iris à Jette, qui s'est lancé dans l'aventure. *Les enfants nous apportent la jeunesse, qui est perdue pour nous, mais je vous assure que je ne sens pas mon âge quand les enfants sont là. Je me mets à leur niveau, je fais la folle. Cette communication entre enfants et personnes âgées, on n'a plus ça maintenant. Il ne faut pas grand-chose pour être heureux.* »

Les bienfaits ne s'arrêtent pas là. Plusieurs études scientifiques démontrent aussi que la présence et le contact avec la nature sont bénéfiques pour le bien-être physique et mental, notamment chez les aîné·es. « *Etre dehors leur fait du bien, sortir de leur quatre murs, sentir le vent et le soleil, travailler la terre*

« Quand on est au jardin avec les enfants, je rajeunis de 80 ans », Madame Lili

© Dieter Telemans (GoodPlanet)

quand ils en sont capables. Ils aiment aussi voir les saisons, ça les situe dans le temps. Puis il faut aussi aller au compost. Ce sont des petits buts quotidiens, constate Tine. *Les animaux apportent aussi une toute autre dynamique, ils s'en sentent responsables, et quand on se sent responsable, on se sent vivant, utile. Ils se dépassent pour faire une belle clôture, pour les soigner. Ça éveille énormément de soigner d'autres êtres vivants.* » Dans une maison de repos de Gand, une aide-soignante a même apprivoisé un cochon qui est devenu son animal thérapeutique.

Quelques conseils méthodologiques

Comment tisser progressivement les relations, faciliter les échanges, imaginer, aménager puis entretenir le jardin au naturel, organiser des activités, et surtout y participer tous ensemble ? La mise en place de jardins intergénérationnels ne s'improvise pas. GoodPlanet a d'ailleurs publié un guide méthodologique [1] détaillant les différentes étapes agrémentées de conseils pratiques. Il ne s'agit pas uniquement de faire se rencontrer maison de repos et école fondamentale. « *C'est facile de dire les avantages, mais dans la pratique, il faut que les gens osent se dire "qui paie ça ?", "qui prépare ça ?"*, tempère Tine Vanfraechem. *On insiste pour que les partenaires partagent leur vision respective du projet : pourquoi on veut aller dehors et mettre ensemble ces deux générations. C'est de là que va découler tout le reste.* » Jeunes et vieux ont leurs besoins spécifiques, dont il faut tenir compte. « *L'idéal, c'est quand le jardin de la maison de repos devient le territoire des enfants, qu'ils sentent que c'est aussi leur espace, souligne la responsable de projet. D'un autre côté, certaines personnes âgées ont besoin de calme, et parfois une heure d'activité intergénérationnelle leur suffit.* »

Un autre gage de succès : les activités dehors doivent faire partie du projet fondateur de la maison de repos. Marc Bouteiller, directeur de la maison de repos Anne-Sylvie Mouzon, le confirme : « *Le projet de vie de notre établissement s'articule autour de trois valeurs : l'autonomie, l'humanité et l'ouverture. Le jardin incarne bien ça, il est au cœur de notre démarche.* » Il faut aussi que le temps investi au jardin soit inclu dans les missions des infirmières, animatrices, psychologues, kinésithérapeutes ou ouvriers, afin d'éviter le sentiment que c'est « encore un truc en plus ». D'autant qu'après un an, ils devront être autonomes.

Enfin, pour relier jeunes et beaucoup moins jeunes, place à l'imagination ! Évidemment, ils et elles pourront semer et planter ensemble, mais aussi récolter, cuisiner, partager le repas. Ou encore bricoler avec les éléments naturels, stimuler les 5 sens, organiser une course où les jeunes courent et les seniors chronomètrent et applaudissent. « *Quand on prépare des jeux, il faut toujours trouver un rôle pour chacun,* explique Tine. *Parfois, c'est l'enfant qui aide le senior (pour aller chercher quelque chose dans le jardin), parfois c'est l'inverse (pour écrire). On essaie aussi que les enfants laissent une trace dans la maison de repos, pour que la personne âgée se souvienne.* »

Fera-t-il beau demain ?

Aujourd'hui, à la maison de repos Anne-Sylvie Mouzon comme ailleurs, les beaux jours sont partis. Le Covid-19 a mis les rencontres sur pause. L'hiver s'est installé dans le jardin et dans le cœur des résident·es. « *Heureusement, on a pu profiter du jardin durant le confinement de printemps, mais on a dû arrêter les activités intergénérationnelles* », explique Marc Bouteiller. Après la pandémie, il faudra plus que jamais recréer du lien et de la solidarité entre les générations. « *Cela va prendre du temps, car certains résidents craignent d'embrasser leurs petits-enfants, et inversement. Les générations ont peur l'une pour l'autre.* » Chacun et chacune attend donc le prochain printemps dans l'espoir d'à nouveau planter ensemble petits pois, poivrons doux et coeurs de bœuf. Ce sera sans Yvette, emportée par le coronavirus. On se rappelle alors ses paroles [1] : « *Faire venir les enfants, c'est bénéfique pour les vieilles personnes et pour les enfants. Ça vous aide à finir vos jours. Y a pas de raison, c'est comme ça, c'est chacun son tour. Avant, quand j'avais 11 ans, j'avais un grand jardin. J'aimais bien. Encore maintenant. Je regarde ce qui meurt, le renouveau. C'est l'existence au fond. La nature, c'est la vie. Le passé ne reviendra plus. Et demain, on ne sait pas de quoi il sera fait. Enfin, on le sait, mais... Donc c'est le moment présent qui compte.* »

Christophe Dubois

[1] Retrouvez les documentaires et le guide méthodologique sur www.goodplanet.be/fr/jardin-intergenerationnel/

NB : le guide est uniquement en néerlandais, mais vous pouvez le traduire avec https://translate.google.be/

© Dieter Telemans (GoodPlanet)