



L'EMS du Prieuré fait le clown

Pas drôle la vie en maison de retraite? Pour tordre le cou aux idées reçues, l'EMS du Prieuré, à Chêne-Bougeries, a fait appel au "4^{ème} Rire", un projet proposé par l'association Karac clown. Au programme, une formation sur-mesure proposée aux membres du personnel issus de différents secteurs: aide-soignants, infirmières, cuisiniers... Loin des recettes miracles pour faire rire les aînés, ils ont surtout reçu de nombreux conseils pour devenir... une bande de joyeux lurons prêts non seulement à proposer de nouvelles animations, mais surtout à ajouter un grain de folie au sein même des activités quotidiennes.

Le rire en institution: une mission délicate

Le fondateur de Karac clown, Yvan Aboussouan, ancien physicien reconverti en... clown-formateur sait en effet que le rire constitue un important facteur de bien-être: «Il est scientifiquement prouvé qu'il exerce une action importante sur la santé physique et psychologique, avec notamment de nombreux bienfaits pour les systèmes vasculaire et hormonal. Il constitue également un facteur de lutte contre la démence, en favorisant les aspects relationnels entre les rieurs...».

Des bienfaits qui concernent de près les personnes âgées, à la condition que le rire soit pratiqué dans de bonnes conditions, notamment grâce au "clown relationnel", première méthode structurée destinée aux maisons de retraite créée en 1987, en Belgique, par Christian Moffart: «Les employés formés au "4^{ème} Rire" ont la délicate mission de toucher des

personnes qui, pour certaines, n'ont plus beaucoup de contacts avec le monde extérieur. Dans ce cadre, le but n'est pas uniquement de déclencher un rire, mais de façon plus générale, de favoriser toute expression de plaisir», poursuit Yvan.

Lever les principaux obstacles

Facile à mettre en œuvre? Pas si sûr. Le rire, surtout en EMS, est parfois très fragile, d'où l'importance des cours et du suivi que prodigue Karac clown: «Il est primordial de respecter la sensibilité des personnes âgées et il ne faut en aucun cas les mettre mal à l'aise. Le clown, par exemple, n'est pas toujours apprécié (même si le nez rouge fait mouche chez la majorité des aînés!). Il existe heureusement beaucoup d'autres manières de déclencher des rires détendus et partagés: les jeux de société, le contact physique, l'humour... C'est cela le rire relationnel: improvisation, confiance en soi et empathie permettent d'instaurer une communication de qualité, même avec des personnes qui vivent dans la souffrance».

On comprend donc mieux pourquoi les employés sont les mieux placés pour trouver le ton juste. Vivant au quotidien avec les résidents, ils peuvent mettre à profit leur formation jour après jour, à chaque fois qu'ils en ressentent l'envie ou le besoin. L'association Karac clown joue ainsi, dans un premier temps, un rôle de médiation pour que ces clowns fraîchement éclos puissent trouver leur rythme de croisière: «Il est important qu'ils aient le courage de faire une bêtise conviviale, sans risquer de s'exposer aux moqueries de leurs collègues. Ainsi, avant de com-

On s'active au Prieuré!

L'EMS du Prieuré fait, comme le prouve son engagement dans le projet "4^{ème} Rire", figure de véritable pionnier en matière de qualité de vie. Cela fait plusieurs années que son directeur, Daniel Marguet, a entamé une réflexion à ce sujet: «Nous ne sommes pas un hôpital, mais un véritable lieu de vie, qui doit satisfaire au mieux les besoins de tous ses résidents. Nous savons que l'animation est l'affaire de tous, si nous voulons qu'elle touche aussi les personnes dont la santé est très atteinte. Que proposer, par exemple, à ceux qui ne quittent plus leur lit? Nous avons mené l'enquête, ce qui nous a permis d'offrir différents cours de formation aux employés intéressés, comme la gym ou les massages. En parallèle, certains font aussi partager leurs passions (peinture, jardinage, musique...) aux résidents, de leur propre initiative. Nous avons également mis au point une approche autour des jeux de société: ils se pratiquent désormais directement dans les unités, pour que le plus grand nombre puisse y participer. Même chose pour les répétitions de la chorale».

Dans cet esprit, l'EMS du Prieuré possède... sa propre chaîne de télévision! Grâce à Raphaël, l'un des membres du personnel féru de vidéo, "Canal o" crée même ses programmes, agrémentés de petits reportages faits maison.

C'est donc assez naturellement que la direction a consacré du temps et de l'argent pour former ses équipes à la pratique du rire relationnel: «Il est important de mettre de la vie dans les secteurs, pas seulement d'animer un local pour inviter les gens à sortir de leur chambre! Avec succès, car j'ai moi-même été sidéré de voir qu'on parvient à capter réellement l'attention des résidents, ce qui n'était pas évident a priori. J'ai également été très surpris par la transformation de certains employés, qui montrent une nouvelle confiance en eux. C'est un acquis qui demeure en interne», conclut Daniel Marguet, qui est ainsi allé défendre la cause du "4^{ème} Rire" auprès de la Fédération genevoise des EMS.

mencer l'aventure, nous avons invité l'ensemble du personnel à une séance de sensibilisation», explique Yvan, qui se charge ensuite de coacher les participants. Le personnel, en effet, souvent coincé dans son rôle de soignant et stressé par le rythme de travail, n'a pas forcément le réflexe d'utiliser les ressources du comique: «Tout le monde sait rire ou faire rire! Il n'y a donc pas besoin de suivre une longue formation, ni de donner des trucs tout prêts... Le clown insuffle surtout un autre état d'esprit et nous sommes là afin de mettre en place les conditions idéales pour que tous se sentent à l'aise».

Les moments forts!

Depuis leur formation, chaque mois, au Prieuré, Gérard, Elisabeth, Carmen, Nathalie ou encore Myriam, ainsi que les autres employés du "4^{ème} Rire" organisent également des interventions

humoristiques dans les unités, auxquelles Yvan Aboussouan participe parfois. Il peut ainsi suivre les progrès de la fine équipe, tout en semant quelques grains de folie dans les chambres des résidents: les déguisements les plus loufoques sont les bienvenus, couleurs, plumes et paillettes créant le décalage avec le cadre très neutre du Prieuré. Et le résultat est probant: avec tact et attention, ils attachent des sourires même aux plus renfrognés, tandis que d'autres se plient en quatre dès les premières secondes. Sans oublier quelques moments pleins d'émotion, auprès d'une vieille dame alitée prise d'un fou rire sous ses draps ou lors d'un échange de vanes bien réglé avec un pensionnaire, visiblement heureux de se lâcher! De quoi mettre du baume au cœur à nos joyeux lurons...

Christelle Resvard

Témoignages

Gérard: «Grâce à l'association Karac clown, on a compris que, parfois, un geste ou un regard suffisent à déclencher le rire. On peut aussi utiliser la danse, avoir envie de mettre un peu de musique quand l'ambiance est mortelle et improviser des figures avec une personne en fauteuil roulant: on voit alors les gens s'éveiller, profiter d'un moment de joie, c'est très gratifiant pour nous aussi. Le fait que de tels gestes soient devenus légitimes grâce au 4^{ème} Rire, ce n'est que du bonheur: avant on ne pensait que trop rarement à se lâcher, et la plupart du temps on n'osait pas vraiment le faire...»

Myriam: Personnellement je me suis posé quelques questions... avant de me prendre au jeu! On a même fait des sketches, dont un qui a eu beaucoup de succès, où je jouais une animatrice d'émission de cuisine qui goûte et re-goûte le whiskey à ajouter pour la recette! Au quotidien, c'est aussi plus facile maintenant de prendre les choses à la légère quand il y a un souci, de relativiser, l'ambiance est plus détendue. Et de mon côté, dans mon métier d'infirmière, c'est un excellent moyen d'éviter la saturation, de dépasser le simple rôle de soignant».