

Écho Réseau



Arts de vivre

L'art : miroir de nos émotions.

L'art a ce pouvoir magique et étrange de réveiller en nous des émotions profondes. Que ce soit une peinture, une chanson, un film ou un livre, l'œuvre nous parle souvent sans mots. Elle touche une partie de nous : notre cœur, notre mémoire, notre sensibilité.

Face à une œuvre, nous réagissons tous différemment. Certains ressentent de la joie, d'autres de la tristesse ou bien encore de la colère. Certains resteront indifférents à une œuvre tandis que d'autres auront l'impression de se retrouver en elle. C'est là toute la richesse de l'art : il est un miroir de l'âme, toujours changeant selon qui le regarde.

Les émotions provoquées ne sont pas toujours agréables, peuvent nous bousculer, nous interroger et sont même parfois inattendues, mais elles sont toutes authentiques. Elles nous rappellent que nous sommes humains, capables d'empathie, de rêve et de réflexion. Dans un monde souvent trop pressé et rationnel, l'art nous offre une pause, une respiration. Il nous autorise à ressentir.

Dans ce numéro, nous aurons l'occasion de nous émuvoir en lisant le témoignage de la compagnie de clowns hospitaliers « Histoire d'en rire » ainsi que celui de Nicolas JAUD, musicothérapeute intervenant tous deux auprès de personnes en soins palliatifs.

Nous cherchons souvent à comprendre l'art. N'est-il pas plus plaisant de le vivre plutôt que de le comprendre... C'est peut-être là que réside sa plus grande beauté.

Aurélia DARMANIN
Assistante Administrative

« L'homme a besoin de rêves et d'espérances, et il a besoin d'art pour ne pas mourir de cruelles vérités. »

LAGOUTTE

Comité de rédaction

Aurélia DARMANIN,
Assistante administrative,
COMPAS

Béatrice FOREST,
Psychologue libérale

Joséphine HASY,
Aide-soignante

Isabelle LAFONT,
Infirmière,
COMPAS

Cécile PICAUD,
Médecin,
COMPAS

Ronan ROCHER,
Documentaliste,
COMPAS

Coraline VIGNERAS,
Médecin Coordinateur,
COMPAS

Sophie RIVIERE DE PRECOURT,
Psychologue clinicienne,
Hôpital Privé du Confluent

RÉFLEXION

La musicothérapie en unité de soins palliatifs : une présence sensible

Depuis fin 2023, la musicothérapie est intégrée au projet de service de l'Unité de Soins Palliatifs (USP) du Centre hospitalier de Saint-Nazaire. Tous les professionnels de l'unité ont bénéficié d'une sensibilisation à cette approche. L'activité, financée par les fondations APICIL et PFG, se déploie à raison d'une journée par semaine.

La musicothérapie s'inscrit dans le champ des soins de support. Selon la définition de la Fédération française des musicothérapeutes, elle est « une pratique de soin, de relation d'aide, d'accompagnement, de soutien ou de rééducation, utilisant le son et la musique, sous toutes leurs formes, comme moyens d'expression, de communication, de structuration et d'analyse de la relation (...) ». Dans le contexte du palliatif, plus que la musique, c'est la relation qui soigne. Et plus qu'un ensemble de techniques, elle repose sur une qualité de présence. La musicothérapie en USP s'invite au chevet sans s'imposer. Elle peut être proposée par l'équipe, mais naît aussi parfois au détour d'une rencontre. Elle ne requiert aucune compétence préalable du patient et s'adapte aux situations complexes : l'écoute ou un simple souffle chanté peuvent suffire.

Il n'y a pas de séance type. Parfois, ce sont des écoutes musicales partagées, des improvisations, des chansons réinventées. D'autres fois, ce sont des moments de création sonore assistée, pour exprimer, témoigner, laisser une trace. Il arrive qu'à partir d'un mot, d'un souvenir, d'un silence, nous composions une chanson – parfois même avec l'aide d'une intelligence artificielle. La musique devient alors support de lien, miroir de soi, élan de vie. Dans certains cas, la musicothérapie se déploie dans un cadre d'hypnoanalgésie, en lien étroit avec les soignants, lors de soins douloureux ou invasifs. À la frontière entre hypnose, écoute et soin, cette approche exige

une coordination fine, une attention constante au rythme, à la vulnérabilité, à la confiance du patient.

La musicothérapie s'ouvre aussi à l'écoute de paysages sonores : sons de la mer, du vent, du feuillage, chants d'oiseaux... Ces ambiances naturelles favorisent le relâchement, la rêverie, parfois l'émergence d'un souvenir. Elles offrent un espace imaginaire où la personne peut encore se déplacer, se souvenir, se projeter. La nuit, elles apaisent. En fin de vie, elles relient.

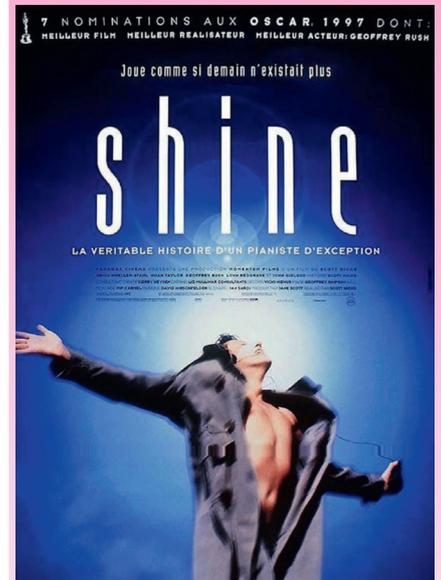
Ce travail a donné lieu en 2024 à une étude observationnelle prospective menée avec l'équipe médicale de l'unité. L'étude MUSE – Musicothérapie en Unité de Soins Palliatifs : impact des paysages sonores sur les symptômes – visait à évaluer les effets d'une séance fondée sur l'écoute de sons naturels sur les symptômes d'inconfort en fin de vie. À partir d'un protocole rigoureux s'appuyant sur l'échelle ESAS (Edmonton Symptom Assessment System), elle a mis en évidence une diminution significative de plusieurs symptômes, dont l'anxiété, la fatigue et le mal-être, après une seule séance. Les comptes-rendus cliniques ont également souligné l'effet apaisant de ces sons du vivant, leur capacité à ouvrir un espace intérieur, à relier à ce qui fut, à ce qui reste. L'écoute devient alors plus qu'un confort sensoriel : elle marque un passage et une autre manière d'être là. Cette étude sera publiée fin 2025, et un prolongement qualitatif est prévu en 2026.

La musicothérapie en USP est un art discret. Elle agit souvent dans l'invi-

sible. Elle accompagne ce qui ne se dit pas, mais se traverse. Une respiration qui s'apaise. Une émotion qui s'ouvre. Un lien rétabli. Elle ne guérit pas. Mais elle aide à habiter autrement le moment : à tenir, parfois. À se dire ou bien à transmettre. C'est dans cet espace ténu – entre deux gestes, deux silences, deux souffles – qu'elle trouve sa justesse.

Nicolas Jaud
Musicothérapeute

COIN CULTURE



L'histoire de « Shine » s'inspire de la vie de David Helfgott, pianiste australien né à Melbourne, qui dès son plus jeune âge fit preuve de dons exceptionnels. Quelques années plus tard, de graves troubles psychiques l'éloignèrent de la scène pendant près de dix ans. Cependant, en 1984, il fit un retour triomphal qui relança sa carrière.

TÉMOIGNAGE

Juste avant de mourir

Aujourd'hui, c'est le duo d'artistes-clowns, Monsieur B (alias Sébastien) et Maryline Plouf (alias Aline) qui joue en service de dermatologie du CHU de Nantes. Avant de démarrer, lors des transmissions médicales, nous apprenons que Mireille, 70 ans, est encore là. Mireille a un cancer à un stade avancé en prise en charge palliative. Nous l'avons vue la semaine dernière et nous avons partagé un beau moment avec elle.

Devant sa chambre, dans le couloir, nous improvisons sur un thème de jeu avec mon partenaire : les marques de politesse. En entrant dans la chambre, sa fille est présente, assise sur le côté du lit. Je demande à travers mon personnage si nous pouvons les déranger un peu. Elles disent oui. En entrant, Monsieur B fait tomber la bouteille de gel hydro-alcoolique, ce qui me donne matière à jeu. Mon personnage, Maryline, lui dit que ce n'est pas poli du tout. Mireille et sa fille rient.

Comme la dernière fois, malgré son rythme ralenti et sa maladie, Mireille pratique l'humour « pince sans rire » avec beaucoup de talent. Je vois que sa fille oscille entre rires et larmes. À ce moment-là, son fils entre : il est fort surpris de nous voir : deux clowns, c'est inattendu. Sa surprise déclenche nos rires. Nos deux clowns lui disent : « Bienvenue à cette conférence sur la politesse ! ». Il s'assoit aux côtés de sa sœur.

Pour se « racheter », Monsieur B demande s'il peut chanter une chanson et ce que Mireille voudrait. La chanson « Mon vieux » de Daniel Guichard, répond-elle. Alors que mon partenaire s'apprête à démarrer, Mireille dit en regardant ses enfants : « Tiens d'ailleurs il faudra le dire à Papa... je veux cette chanson pour mes obsèques ». Sa fille fond en larmes et son fils a les larmes aux yeux. Avec courage, Monsieur B commence à chanter. Sa fille se

lève alors vers la fenêtre : elle est en sanglots. Son frère reste assis près de sa maman. Je m'apprête à aller vers sa fille pour la soutenir mais Mireille plonge ses yeux dans les miens, et ne les quittera pas tout le temps de la chanson. C'est très intense. Nous vivons ce moment tous les cinq et j'ai l'impression de voir dans les yeux de Mireille qu'elle se sent prête à affronter la fin de sa vie avec de la peur mêlée à cette émotion. Une fois la chanson terminée, je peux m'approcher de sa fille, tout en disant à Monsieur B « Et bien bravo, vous avez mis l'ambiance !! ». Tout le monde rit de soulagement. Nous sentons qu'il est temps pour nous de partir.

Nous les quittons avec une envie de prolonger cet instant fort tout en percevant que c'est le moment juste pour eux d'être en famille. Nous leur envoyons à tous des bisous de courage. À plusieurs reprises, Mireille et ses enfants nous remercient.

Témoignage de la Compagnie Histoire d'en rire, Compagnie professionnelle de clowns hospitaliers
<https://ciehistoiredenrire.wixsite.com/my-site>
Contact : ciehistoiredenrire@gmail.com

COIN CULTURE

Marie, 80 ans, en a ras le bol de sa maladie. Elle a un plan : partir en Suisse pour mettre fin à ses jours. Mais au moment de l'annoncer à Bruno, son fils irresponsable, et Anna sa petite-fille en crise d'ado, elle panique et invente un énorme mensonge. Prêtextant un mystérieux héritage à aller chercher dans une banque suisse, elle leur propose de faire un voyage tous ensemble. Complice involontaire de cette mascarade, Rudy, un auxiliaire de vie tout juste rencontré la veille, va prendre le volant du vieux camping-car familial, et conduire cette famille dans un voyage inattendu.



Laurène, 22 ans, laisse derrière elle l'image d'une soif de vie débordante malgré la maladie, ainsi que des dizaines d'heures de vidéos qu'elle avait tournées pour partager son histoire. Personne n'a jamais vu ses images et ils s'étaient promis d'en faire un film avec son frère jumeau. Sur les traces de sa sœur, Thomas décide alors d'interroger sa mémoire, celle de sa famille et de réaliser sa promesse.



EXTRAIT

La mort est devenue tellement déplacée dans notre paysage qu'il paraît sain de l'éviter toute sa vie, sous couvert d'en être obsédé et d'en regarder jour et nuit des images sur papier ou écran. Pourtant, aussi fin stratège qu'on soit, difficile de ne pas se faire coincer. Tôt ou tard, on se retrouve penché sur un cadavre, à contempler l'angle étrange que font sa bouche et son nez, les cils murés au ciment, l'immobilité du corps devenu chose. On fait connaissance avec une catégorie de gens qu'on ne connaissait pas. Quand on n'est pas dévasté par le chagrin (et même quand on l'est), on se sent menacé par des sentiments dont aucun n'est agréable : l'effroi, la curiosité morbide, l'indifférence. Si on ne sait pas les affronter, on les envoie dans notre cave où ils prolifèrent comme des pommes de terre germées.

C'est là qu'il n'est pas mauvais d'avoir un crayon, une caméra, un harmonica ou seulement sa propre langue pour exprimer un tant soit peu ces émotions qui macèrent. Une cave dont on ne fait pas une raffinerie est un foyer d'infection. Il faut distiller la pomme de terre. Une goutte de vodka tirée de nos vieux cageots, même éventée, c'est toujours mieux que rien. Je n'ose pas imaginer la quantité de malheur que je traînerais si je n'avais pas de crayon pour écrire et dessiner.

Extrait de *Mike*,
d'Emmanuel GUIBERT

ACTUALITÉ

Journée mondiale des soins palliatifs 2025

À la vie !

Par la Compagnie Si les Mots...

Une adaptation théâtrale du roman graphique
De l'homme étoilé



Entrée gratuite. Spectacle suivi d'un échange et d'un pot de convivialité.

À NANTES

Mercredi 15 octobre 2025 à 20h

À l'espace Adélis (9 Bd Vincent Gâche)

Réservation obligatoire

À SAINT-NAZAIRE

jeudi 09 octobre 2025 à 20h

Au théâtre Jean Bart (route du Fort de l'Ève)

Réservation obligatoire

BIBLIOGRAPHIE

Éthique et soin ; médiations créatives et fin de vie

Talpin, Jean-Marc

Jusqu'à la mort accompagner la vie, 09/2021, n°146, p.117-126

Utiliser l'art-thérapie auprès des aidants familiaux/naturels en unité de soins palliatifs afin de lutter contre la sensation d'épuisement et les accompagner dans le processus de pré-deuil

Meillerais, Sandie ; Sorel, Olivier

Les Cahiers de l'Actif, 01/2024, n°572-573, p.153-166

La musicothérapie en unités de soins palliatifs ; quand la musique adoucit les maux, quand la musique remplace les mots...

Léon, Jaqueline

Revue internationale de soins palliatifs, 2024, Vol.38 n°3, p.44-55

Narrativité et jeu clownesque en service de soins palliatifs pour adultes /

Marie-Pier Landry, Florence Vinit, Mehdi Azri et Julie-Anne LeBlanc

Frontières, 2020, Vol.32 n°1, 14 p.

L'art-thérapie en soins palliatifs : vers l'apaisement des patients

Fabre, Magalie

Médecine palliative, 09/2023, Vol.22 n°5, p.239-251

Métaphores du corps et pratiques artistiques dans les soins palliatifs

Santarpia, Alfonso

PSN, Psychiatrie, Sciences humaines, Neurosciences, 2023, Vol.21 2023/1, p.63-73

Créer, même en soins palliatifs l'expression au travers de la peinture, un art accessible à tous

Carpinelli, Isabella

Revue internationale de soins palliatifs, 2024, Vol.38 n°4, p.6-17

L'art-thérapie en soins palliatifs ; l'entre-temps

Duflot, Carole

Erès, 2016, 190 p.