

Les soignants du COVID-19 soutenus par l'art-thérapie

L'association *Médecins de l'Imaginaire* intervenant dans le cadre de la maladie grave **depuis 17 ans**, a souhaité apporter sa contribution au soutien des personnels de santé, mobilisés dans la lutte contre le virus Covid-19, en proposant des **séances individuelles d'art-thérapie gratuites en ligne** aux soignants.



L'objectif est de permettre aux soignants si fortement engagés **de se ressourcer** afin d'éviter la survenue d'un épuisement.

Les intervenants ont conçu des séances individuelles courtes, de **45 minutes à 1h** en visioconférence, pour faciliter l'accès aux bienfaits de l'art-thérapie. **Il n'est pas nécessaire d'avoir des compétences artistiques** particulières. Les séances sont prodiguées par des professionnelles diplômées et qui ont l'expérience d'interventions dans des services hospitaliers.

Les séances sont gratuites pour tous les personnels soignants, quelle que soit leur position ou leur spécialité, qui travaillent dans des établissements accueillant des personnes atteintes Covid-19 ou qui, par répercussion, voient leur charge de travail augmentée (Hôpitaux, Clinique, EHPAD, Soins Palliatifs, Services de Soins Infirmiers A Domicile...).

Avec méthode et empathie, l'équipe de *Médecins de l'Imaginaire* s'appuie sur les processus de création, pour aider à **apaiser les émotions, soutenir le moral**, ressourcer, stimuler **l'énergie, donner du sens** à ce que les personnels vivent dans le contexte de pandémie de COVID-19.

A Propos :

L'association *Médecins de l'imaginaire* : Nous œuvrons dans le cadre de la cancérologie et de la maladie grave depuis 17 ans, nous savons combien il est important de **prendre soin de soi** quand on doit tenir face à une menace ! Les témoignages de nos bénéficiaires (2 421 bénéficiaires depuis 2003), **la pertinence** de nos programmes et **l'expérience** tissée en lien étroit avec les équipes de soins, ont permis de faire reconnaître l'art-thérapie comme un **"soin de support"** à part entière.

<https://www.medecinsdelimaginaire.com/>

L'art-thérapie : Un rapport de 2019 de l'O.M.S. se fondant sur plus de 900 études, a conclu à la **pertinence de l'art-thérapie** dans la prise en charge des **personnes fragilisées** par une situation existentielle difficile, notamment pour diminuer le **stress**, retrouver de **l'énergie**, se reconnecter à ses **ressources** et redonner du **sens**.



Programme d'art-thérapie « Soignant Covid 19 »

Les personnels soignants soulignent le bienfait des séances d'art-thérapie pour se connecter à leurs ressources intérieures, exprimer leurs ressentis, relancer leur énergie et améliorer le moral.

Améliorer leur moral et se connecter à leurs ressources intérieures :

- « *Je réalise que je ne prends pas le temps de me poser alors que c'est important quand on est soignant d'avoir du temps pour soi, pour faire autre chose* » Mr S, infirmier dans un hôpital
- « *Cela m'a fait du bien et permis de me recentrer sur ma famille et de décrocher du boulot* » Mme F infirmière dans un Ehpad
- « *Cela m'a permis de me projeter dans l'après* », Mme C infirmière dans un hôpital
- « *J'ai eu plaisir à partager* » Mme S Aide-soignante dans un hôpital
- « *J'ai pu me recentrer et m'ancrer dans mes valeurs* » Mme D infirmière dans un Ehpad
- « *J'ai été touchée par le calme procuré* » Mme C infirmière dans un hôpital

Exprimer leurs ressentis :

- « *J'ai pu lâcher prise en expérimentant* » Mme D infirmière dans un Ehpad
- « *J'ai pu déposer des choses* » Mme F infirmière dans un Ehpad
- « *J'ai pu échanger avec aisance car je savais qu'il n'y avait aucun jugement ou autre, juste une belle écoute* » Mme S Aide-soignante dans un hôpital
- « *Être dans le jeu et la découverte, juste être dans le plaisir de voir et de faire* » Mme V médecin dans un hôpital

Relancer leur énergie :

- « *Cela a été une bulle d'oxygène* » Mr S, infirmier dans un hôpital
- « *J'ai pu me recentrer sur les choses essentielles que l'on a tendance à oublier avec cette crise* » Mme G psychologue dans un Ehpad
- « *Cela m'a permis de changer d'air, de penser à tout autre chose* » Mme V médecin dans un hôpital
- « *J'ai apaisé les tensions pendant 1h et j'ai pu m'évader hors du stress actuel* » Mme C infirmière dans un hôpital

Pour s'inscrire ou en savoir plus : <https://medecinsdelimaginaire.com/soutien-aux-soignants/>

Contact Presse : Laurence Bosi – laurence.bosi@medecinsdelimaginaire.com – 06 68 94 11 12