Grâce à la pétanque, « leur maladie s'efface »

Avec un atelier pétanque, l'hôpital de jour et l'Amicale de la boule angérienne accompagnent des patients souffrant de troubles psychiatriques. Tous les jeudis matin, au boulodrome, ils jouent pour soigner et oublier leurs maux.

Sous leurs baskets, les gravillons crissent. Depuis son petit cercle jaune fluo, chaque joueur lance, dans un geste leste, sa lourde boule. Dans un « toc » amorti par les petits cailloux gris, elles tombent au sol. Vingt-trois patients du centre hospitalier jouent ainsi à la pétanque, dans la matinée de ce jeudi 19 octobre. *« Ils souffrent de différentes pathologies comme des névroses, des psychoses ou de dépression »*, précise Stéphanie Dubas, infirmière. Comme chaque semaine, ils participent à cet atelier, porté par l'Amicale de la boule angérienne, au boulodrome de la ville. Pratiquer ce sport leur apprend à interagir avec les autres.

« La pétanque m'a beaucoup aidé », témoigne posément David, un des participants. Profitant d'une éclaircie entre deux lancers, il discute avec les adhérents du club. *« Avant, je doutais beaucoup de moi et j'avais du mal à aller voir les autres joueurs. Maintenant, ils sont devenus des amis »*, confie l'homme aux cheveux coupés très court. Participant depuis un peu plus d'un an, Alain, son coéquipier au tee-shirt orange rayé, corrobore : *« Les gens parlent avec nous. La pétanque nous aide à compter sur eux, à leur faire confiance. »*

Grâce aux membres de l'Amicale de la boule angérienne, les patients améliorent leurs relations avec les autres. © KLG

« Ça permet de nous évader, d'oublier nos soucis »

À tour de rôle, les boules des patients et des licenciés du club s'entrechoquent. *« Nous les abordons avec bienveillance, comme des gens à qui viennent s'essayer à ce sport »*, explique Nadine Defix, adhérente à l'Amicale de la boue angérienne. *« Ici, nos patients n'ont pas de regards de psy mais un regard de gens leur apprenant la pétanque »*, raconte, d'une voix calme, Betty Hacquart, infirmière au sein de l'hôpital de jour. David appuie : *« Richard et les autres licenciés ne sont pas intrusifs. C'est formidable. »* Ils ont d'ailleurs offert une triplette de boules à chaque patient participant depuis longtemps à l'atelier. *« Quand le club a fait ça, ça m'a tiré les larmes. C'est tellement chouette de leur part »*, témoigne la soignante.

Dès 10h30, chaque matinée se déroule selon la même routine. *« Pendant la première demi-heure, nous nous échauffons et nous tenons de petits ateliers. Nous leur expliquons les règles. Puis, de 11h à 12h, nous mettons en pratique ce que nous avons appris »*, décrit Richard Krasowski, coach au sein de l'ABA. L'équipe de soins laisse les adhérents enseigner et les patients s'amuser.

Derrière ses lunettes à monture noire, Betty Hacquart garde un œil sur le petit groupe de l'hôpital de jour. *« Nous les connaissons bien. Au moindre signe, nous savons si ça va ou pas »*, illustre-t-elle.

Sur le terrain de petit gravier, bordé de blocs de béton, les patients canalisent en même temps leurs lancers et leurs émotions. *« Pour tirer ou pointer, il faut des mouvements précis. Si jamais ils loupent leurs tirs, nous voyons avec eux ce qui a raté. Nous trouvons des stratégies d'adaptation »*, explique Stéphanie Dubas.

Cet atelier est le même pour tous, peu importe la pathologie. *« C'est au patient de s'adapter à ce cadre »*, poursuit l'infirmière. Cette méthode leur permet de mieux s'intégrer dans la société. *« Dans les murs de la psychiatrie, ils peuvent s'autoriser des libertés. Quand ils sortent de ces murs, ils doivent se conformer aux règles de la société »*, explique sa consœur Betty Hacquart.

Une parenthèse dans leur quotidien

Par ricochet, les 23 patients ont affiné leur jeu. *« Grâce à cet atelier, j'ai amélioré ma technique, mieux appréhender les distances et les règles »*, raconte Alain.

Quoi qu'il en soit, l'équipe médicale dresse un bilan positif de cet atelier. *« En deux ans, nous sentons une amélioration. Ils vont plus facilement vers les gens »*, explique Stéphanie Dubas. *« Les premiers temps, ils étaient un peu stressés, sur la défensive. Maintenant, ils viennent d'instinct nous dire bonjour quand nous les croisons »*, raconte Richard Krasowski.

Sur l'impulsion de l'équipe de l'hôpital de jour, cet atelier a vu le jour en 2021. *« Nous avons sollicité l'Amicale de la boule angérienne car nous cherchions une activité se pratiquant en extérieur, avec des personnes n'ayant pas de problèmes psychiatriques »*, raconte Betty Hacquart. La pétanque cochait d'autres cases. *« C'est une activité qu'ils peuvent facilement reproduire chez eux »*, poursuit la soignante au sweat noir. *« C'était aussi une demande des patients »*, renchérit sa collègue.

Pour eux, ces matins consacrés à la pétanque sont des parenthèses. *« Ça permet de nous évader, d'oublier nos soucis »*, estime Alain. Surtout, ils permettent d'abattre les préjugés sur les personnes souffrant de troubles psychiatriques. Betty Hacquart rebondit : *« Il n'y a plus d'un côté les gens malades et de l'autre, ceux qui ne le sont pas. Ici, leur maladie s'efface. »*

Kevin Le Gouguec

Urgences

- **Samu** : 15
- **Gendarmerie** : 17
- **Sapeurs-pompiers** : 18
- **Pharmacie de garde** : 3237 (0,35€ TTC/minute). Votre officine affiche aussi les coordonnées de la pharmacie de garde la plus proche.
- **Médecin de garde, dentiste** : composez le 15
- **Victimes ou témoins de violences faites aux femmes :** téléphonez au 3919 ou par SMS au 114. Site internet : arretonslesviolences.gouv.fr. Gratuit et anonyme, ce numéro de téléphone est, en raison des circonstances exceptionnelles dues à l'épidémie du coronavirus et jusqu'à nouvel ordre, accessible de 9h à 19h du lundi au samedi.
- **Enfance en danger :** le numéro d'appel national est le 119. Ouvert 24h/24, 7/7, gratuit.
- **Gaz Réseau Distribution France** : appelez le numéro vert Urgence sécurité gaz au 0 800 47 33 33 (service et appel gratuits). Service disponible 7 j/7, 24h/24
- **Electricité :** Enedis au 09 72 67 50 17 (s'il y a un problème sur le compteur). Ce service est ouvert 24h/24 et 7j/7, et des techniciens peuvent intervenir à tout moment si nécessaire.
  Ou EDF au 09 69 32 15 15 (si la panne vient de la puissance ou d'un impayé).
- **Eau** : SAUR au 05 81 91 35 03 (le numéro d'urgence est accessible 7j/7 et 24h/24)

L'AVF accueille toujours de nouveaux arrivants

L'association Accueil des villes françaises a réuni ses adhérents, le 18 octobre salle Aliénor d'Aquitaine, pour présenter l'ensemble de ses activités et permettre aux nouveaux de faire connaissance avec les anciens.

Une quarantaine de nouveaux venus, ces trois dernières années, de France et de l'étranger, sont accueillis par les anciens pour découvrir le territoire et nouer de nouvelles amitiés lors d'ateliers entièrement gérés par des bénévoles.

Les nouveaux arrivants remplacent, au fur et à mesure les anciens, si nécessaire, dans l'animation de ces ateliers en fonction de leurs envies et possibilités. Ainsi Chantal, qui s'est installée en 2019 faubourg d'Aunis, venant de Saumur et native du Puy-de-Dôme, a pris en main le yoga « de base » en relais de Jean-Charles, qui lui s'occupe maintenant du niveau confirmé, en parallèle avec l'activité ping-pong. Le choix de Chantal pour Saint-Jean-d'Angély est lié au désir d'être près de la mer tout en bénéficiant d'un tarif abordable pour l'immobilier et d'un climat agréable.

Élisabeth, enseignante retraitée, arrivée de Corrèze au début de l'été, s'est installée à Essouvert pour être plus proche de ses enfants (en Gironde et Deux-Sèvres). Elle n'a pas encore pris en charge d'activité car elle n'a découvert l'AVF qu'au forum des associations de septembre dernier. Mais elle participe déjà aux marches, à l'atelier d'anglais, et aux jeux de société. Elle est inscrite, par ailleurs, aux clubs de randonnée et de scrabble. Élisabeth apprécie le climat et l'environnement à taille humaine de la ville.

De nombreuses activités

La section locale de l'AVF est installée à Saint-Jean-d'Angély, dans un local faubourg Taillebourg, mais elle s'adresse à tous les nouveaux venus dans les Vals de Saintonge. Elle est présidée par Bénédicte Érard Levecque et compte un peu plus d'une dizaine de bénévoles : Maryline fait découvrir les chemins saintongeais en marchant, Bénédicte, Françoise et Andréa font apprendre anglais et français (trois niveaux dans chaque langue), Nadine et Patrick initient à tirer et pointer en pétanque, Danielle conseille en tricot et couture, Michel aime échanger sur le cinéma, Bénédicte et Jean-Michel convient aux circuits Terra aventura... entre autres.

Simon, arrivé en 2015 à Varaize, venant du Yorkshire, a démarré une activité chorale en janvier dernier où l'on chante autant en français qu'en anglais. Lui et son épouse ont abandonné leur travail dans le Nottinghamshire pour une vie plus « simple mais plus agréable ici » et ont déjà de nombreux amis. Simon espère que d'autres participants se joindront aux dix choristes actuels.

Des adhérents en balade à Rochefort, à la recherche des indices du Terra aventura, dimanche 22 octobre dernier. ©AVF

La présidente a rappelé que ce sont les adhérents qui « font » les activités : une boîte à idées est à disposition au niveau du local de l'association. « *On attend de vous une participation,* indique-t-elle, *le but est de se faire des amis et de partager ses loisirs, ses découvertes…* ».

Aux activités s'ajoutent des animations ponctuelles (troc de plantes, sorties, apéritifs…). La présentation, qui a été faite bien évidemment en français et anglais (par Juliet), a été suivie d'un grand buffet préparé par les adhérents.

Serge Bouteille (Correspondant)

■ Siège : 132 Faubourg Taillebourg. Contact : avfstjean17@gmail.com. Adhésion 40 € ou couple 65 €