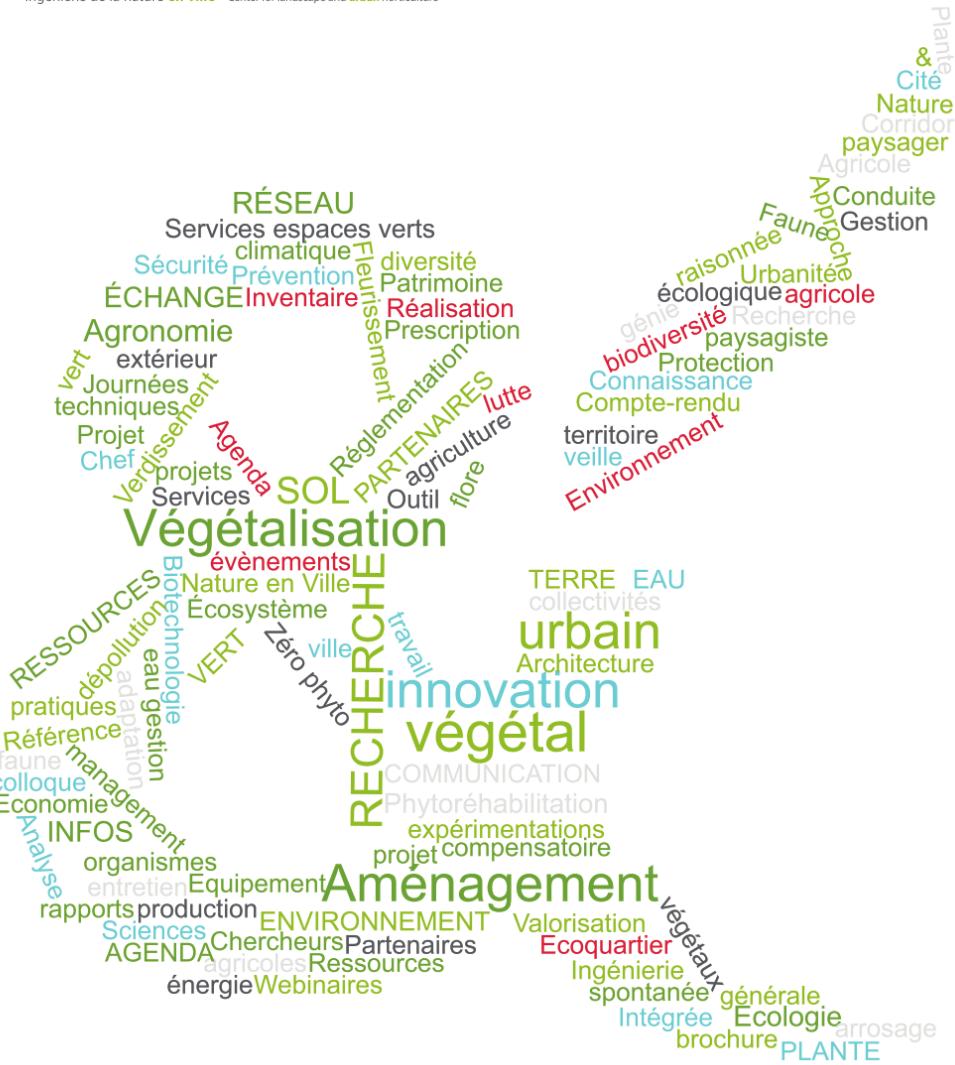


Plante&Cité·Suisse

Ingénierie de la nature **en ville** - Center for landscape and **urban** horticulture



Plante & Santé

« Le végétal, un atout pour notre bien-être »

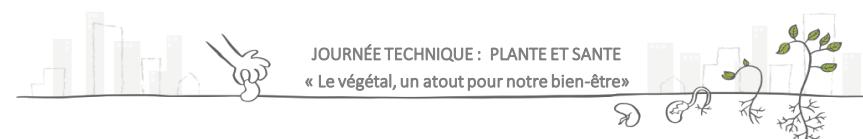
Jeudi 30 octobre 2025

Lieu : Rue Gabrielle-Perret-Gentil 4, 1205 Genève



Florence Gottiniaux
Paysagiste-conceptrice

L'accessibilité psychique du dehors





« Notre cerveau s'est adapté à l'environnement naturel au sein duquel il fonctionne mieux. »

Fred Attneave - Horace Barlow

Biophilie

Edward O Wilson (1980)

Restauration de l'attention

Rachel & Stephan Kaplan (1980)

Phytorésonance

Paul Shepard (1994)

Affinité innée de l'homme pour le vivant et les systèmes naturels, « amour instinctif qui contribue à sa vitalité ».



La biophilie serait au cœur de ces sentiments profonds d'apaisement et de détente qui envahissent de nombreux humains lorsqu'ils se retrouvent au contact avec la nature.



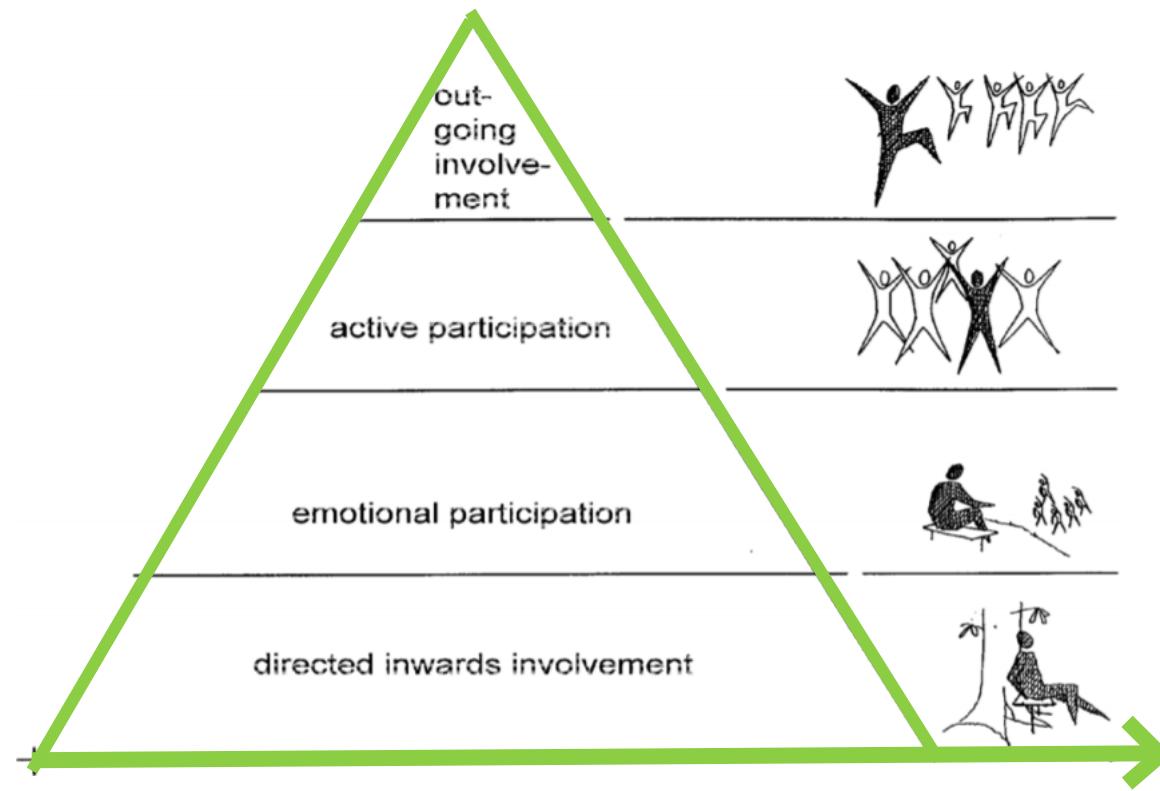
IMMERSION DANS LE VIVANT



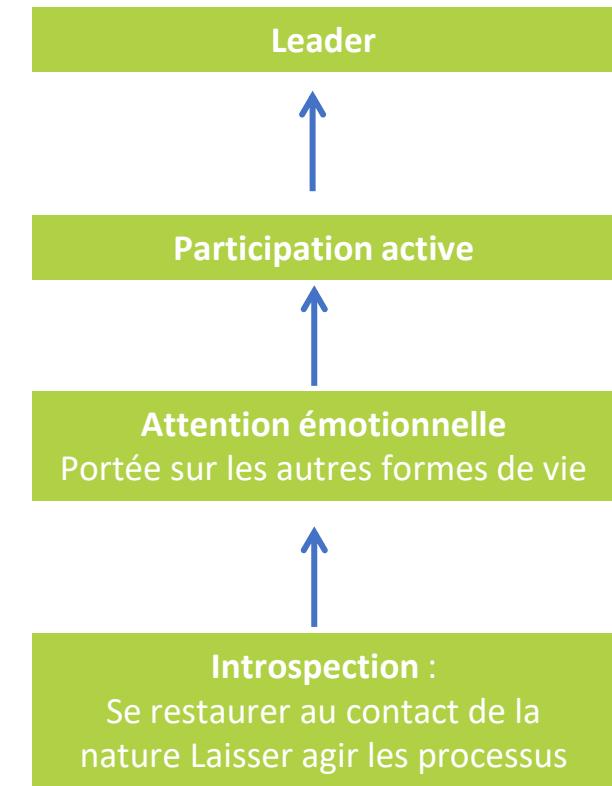


*CHU de St Etienne – service de psychiatrie
France Criou-Pringuey Conceptrice*

Besoin de nature par rapport à la fatigue émotionnelle



Force mentale au jardin



« Plus une personne est fragilisée plus son besoin de nature est grand »

D'après Ulrika Stigsdotter

Sentiment de sécurité



La santé

Etat complet de bien-être physique, mental et social.

→ physique

Sécurité → sociale

→ mentale

La dynamique du dehors

Rassurer

Inciter

Progresser



*Dans la thérapie horticole, l'enclos du jardin,
où l'on se sent en sécurité,
est déjà un outil thérapeutique.*

Sue Stuart-Smith



Le Courbat ANAS – Centre Val-de-Loire
En cours de réaménagement



CH Blois
Hôpital de Jour Psychiatrie

Rassurer



Un sol

Une surface



Des murs

Des limites

Le jardin comme un refuge :

Asile vient du latin « *asylum* », qui signifie « *refuge* » ou « *lieu inviolable* »



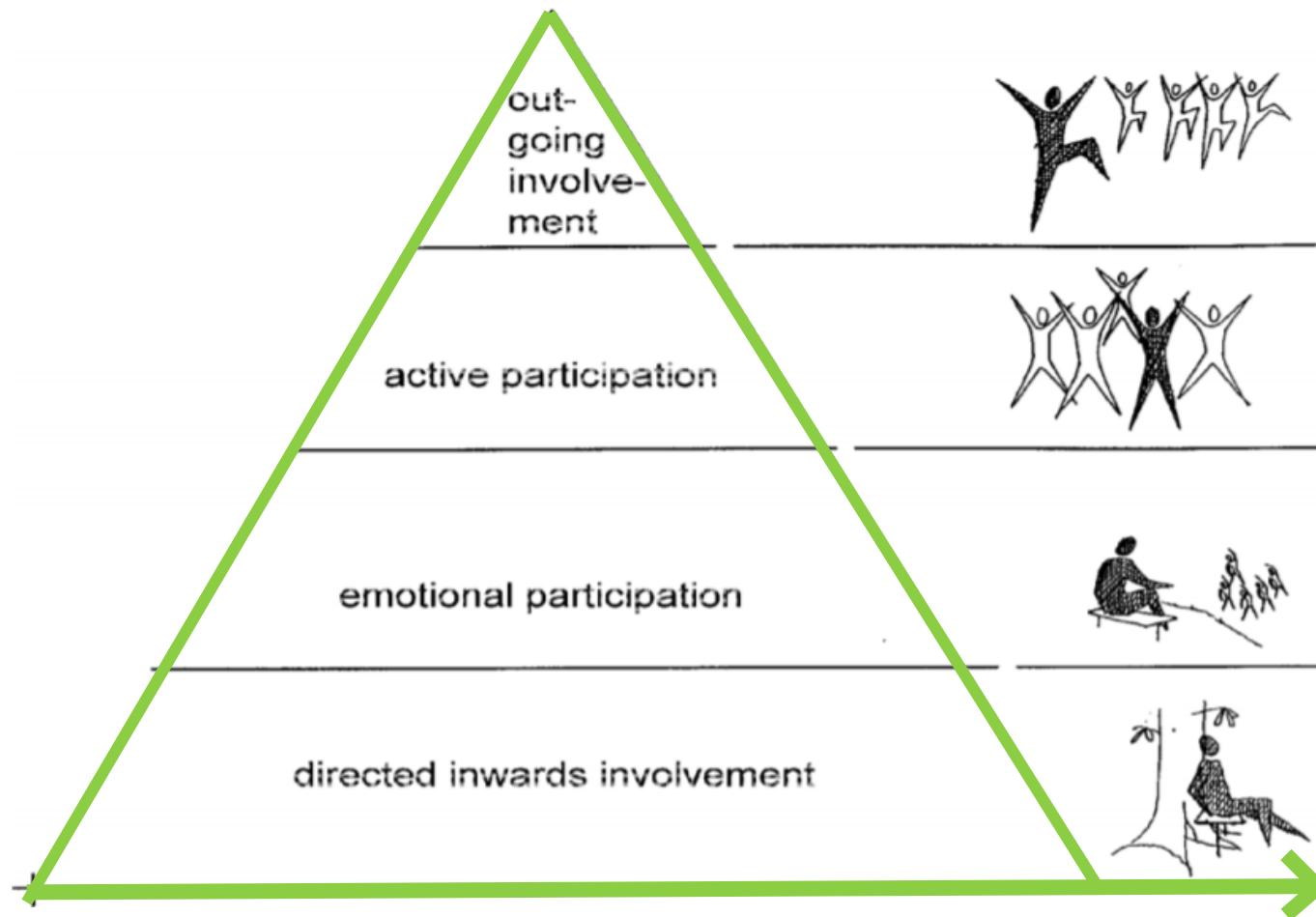
Un toit

Le ciel, une canopée...

Le jardin clos







**Espaces larges plus ouverts,
et/ou très structurés**
Adaptés à des groupes
Ou qui permettent différentes activités

Des espaces intimes mais plus
ouverts sur le reste du jardin et la
vie au jardin

**Espaces intimes, intimistes
Espaces naturels**
A l'abri des regards

Niveau d'exigence

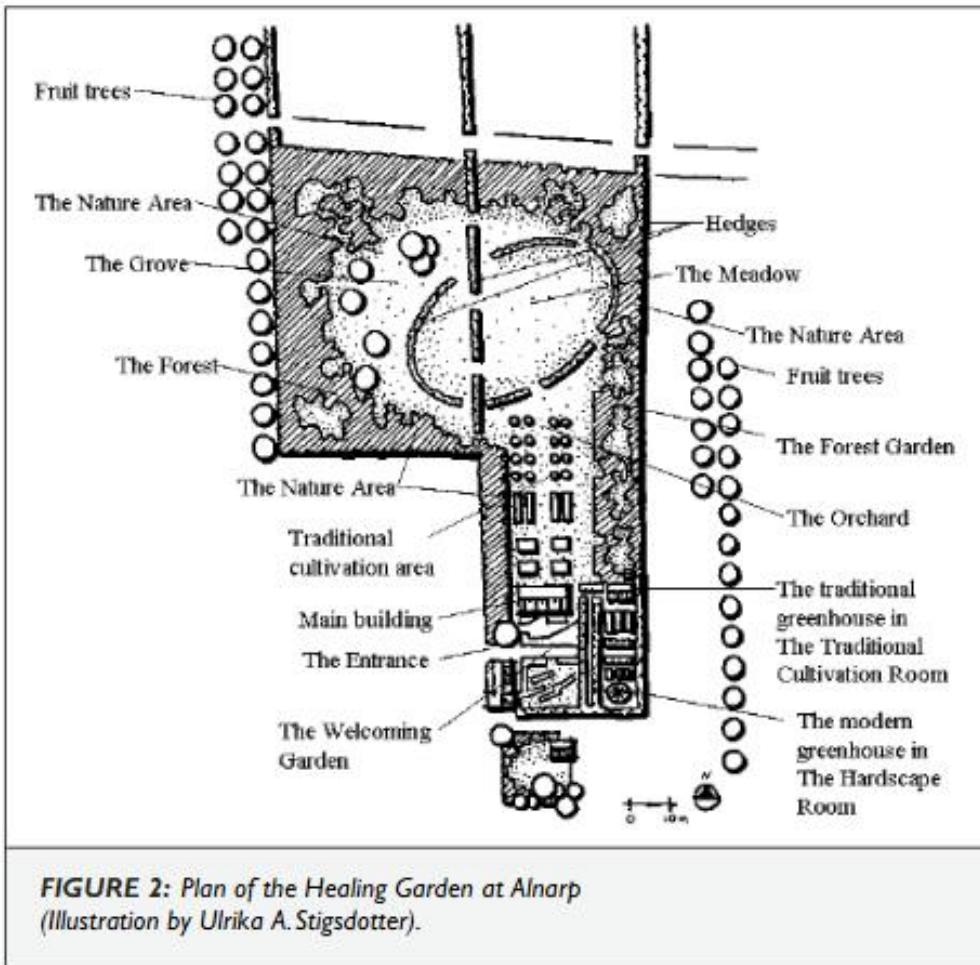


FIGURE 2: Plan of the Healing Garden at Alnarp
(Illustration by Ulrika A. Stigsdotter).

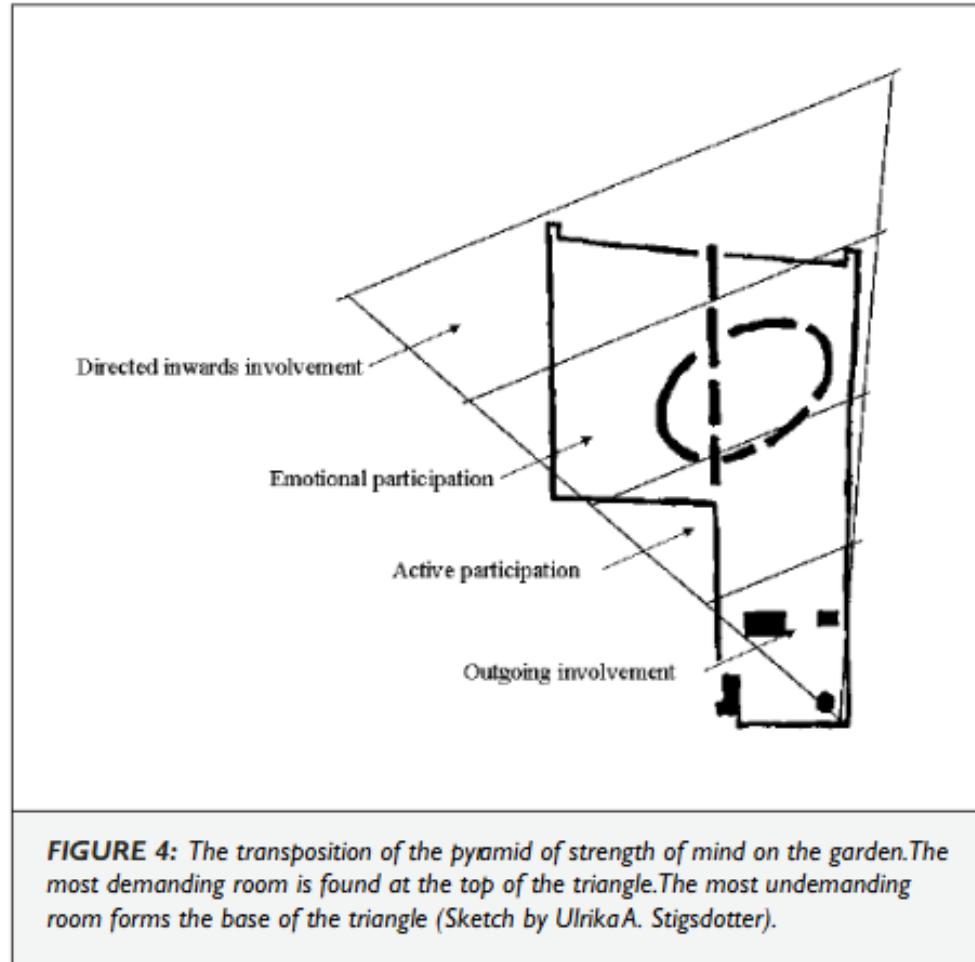
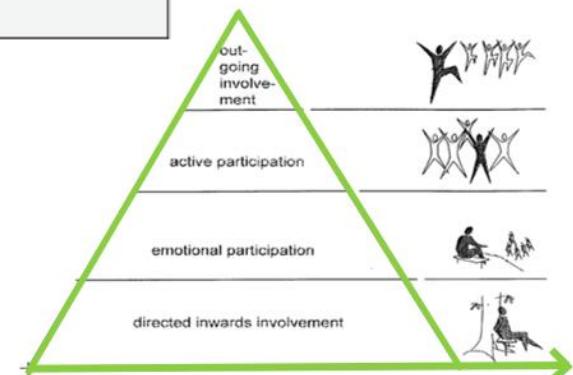


FIGURE 4: The transposition of the pyramid of strength of mind on the garden. The most demanding room is found at the top of the triangle. The most undemanding room forms the base of the triangle (Sketch by Ulrika A. Stigsdotter).

A Healing Garden for People Suffering from Burnout Diseases
Swedish University of Agricultural Sciences - Alnarp campus



La forêt

Le bosquet et le pré

Le verger et les espaces de culture

La salle *Hardscape*

Inciter



EPSM de Lille – crédits photo Olivier Deschamps



EHPAD de Keraudren

Inciter

Trouver dans le jardin le lieu qui plait, correspond aux goûts ou aspirations

Sauvage



Riche en
biodiversité



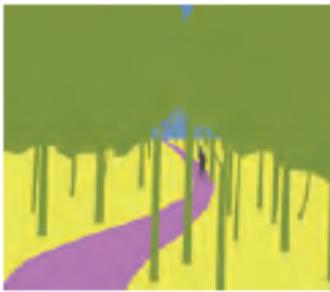
Jardin clos



Serein



Entité reposante



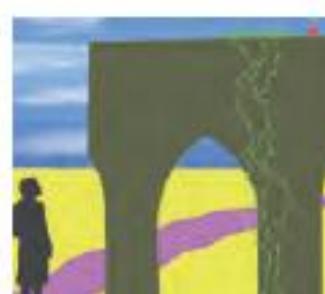
Ouvert



Populaire



Patrimonial



Progresser

Cependant, la thérapie par le jardin est aussi un processus qui permet au patient de s'améliorer et de devenir plus fort. Au cours de ce processus, le patient doit être capable de rechercher des endroits de moins en moins fermés au monde extérieur. Cela doit se faire à un rythme calme. Le patient doit sentir qu'il peut y arriver.



Département des géosciences de l'Université de Copenhague, pour Realdania

en collaboration avec l'Université suédoise des sciences agricoles

Progresser

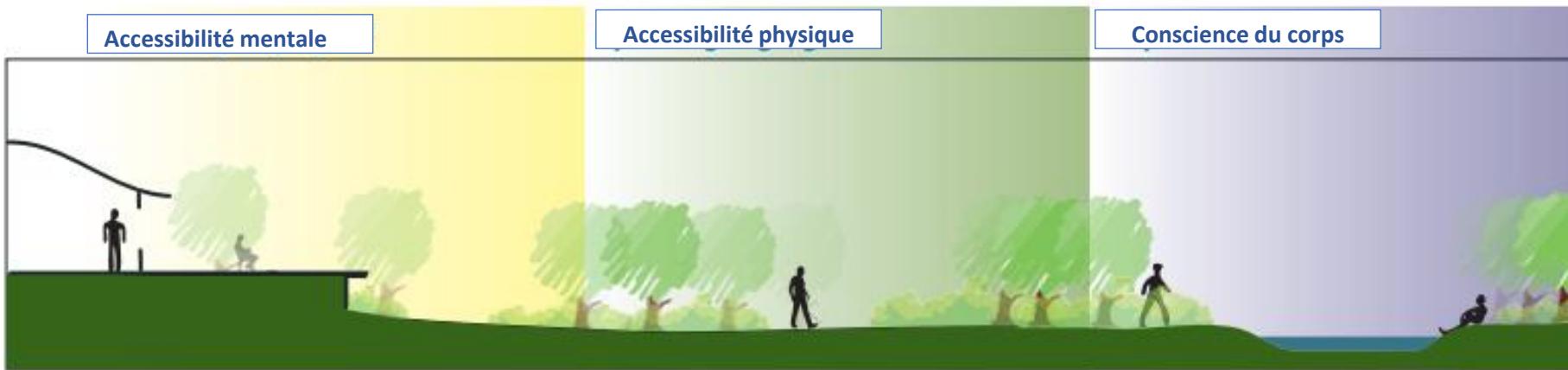


Ouvert : extérieur du parc

Semi-ouvert – Reste de l'Arboretum

Entièrement fermé : jardin thérapeutique de Nacadia

Exemple d'Octavia – Copenhague
Helserskov – Forêt de santé





*« Résonance :
entre le jardin et l'humain,
entre le jardin
que l'on regarde,
que l'on jardine,
et nos paysages intérieurs. »*

Jérôme Pellissier



SOURCES

- Une évaluation diagnostique post-occupation du jardin thérapeutique Nacadia – Ulrika Stigsdotter et all.
- Modèle conceptuel Helseskoven Octavia – Un modèle de conception d'espaces verts avec des valeurs expérientielles qui favorisent une bonne santé mentale. Département Géosciences de Université de Copenhague et Université suédoise des Sciences agricoles
- Introduction au concept de jardins de soin en psychiatrie. De France Pringuey-Criou – revue l'Encéphale, octobre 2015
- ARP.astrance Cycle de conférences au SIMI - La Biophilie - 4 décembre 2015 – Dr France Pringuey Consultante Jardins de soins
- Guide pratique : Concertation et élaboration de jardins à l'usage des établissements sociaux, médico-sociaux et sanitaires – Fondation Médéric Alzheimer, ENSP, Jardins&Santé, Living Lab (2020)

Merci pour votre attention





MERCI POUR VOTRE ECOUTE