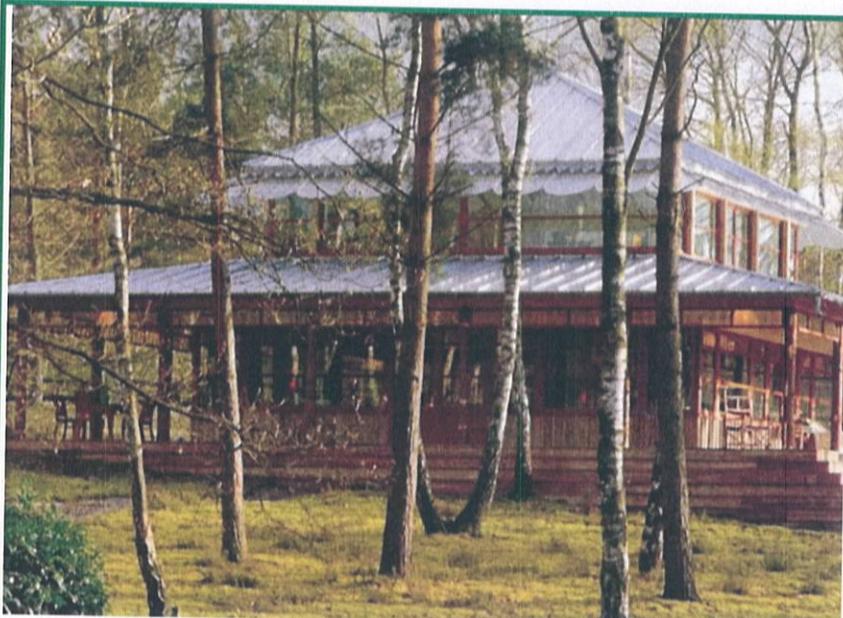




SOMMAIRE

# Sève & Papillon

## Un Projet...



Dessin de Philippe Starck - 2009

### Porté par :



**Sophie Lespinasse**

38, rue Pierre Brossolette  
93110 Rosny-sous-Bois

[contact@reflexeetsens.fr](mailto:contact@reflexeetsens.fr)

06 62 33 30 51

### Avec :



**Jardin Pluriel**

**Sylvie Maloux  
Virginie Bitailou**

Maison du Citoyen  
16, rue du Révérend Père  
Lucien Aubry  
94120 Fontenay-sous-Bois  
[jardin.pluriel@laposte.net](mailto:jardin.pluriel@laposte.net)

06 14 24 89 39

### Parrainé et soutenu par :



**Patrick Viveret**

Philosophe, économiste

Co-fondateur du mouvement  
international des "Dialogues en  
Humanité"

Conseil en Imaginaire



**Marie Romanens et Patrick Guérin**

Psychanalyste et psychologue

Auteurs de « Pour une écologie intérieure –  
Renouer avec le sauvage »



**Perrine et Charles Hervé-Gruyer**

Fondateurs de l'école de permaculture  
du Bec-Hélouin

Auteurs de « Permaculture - Guérir la Terre,  
nourrir les hommes »



**Séverine Millet**

Avocate, accompagnatrice du changement

Auteure de « La stratégie du colibri »



Photo : Françoise Lemarchand

**Brigitte et Patrick Baronnet**

Chercheurs en économie alternative

Créateurs de la Maison Autonome

## 1. HISTOIRE DU PROJET

*« En route, le mieux c'est de se perdre. Lorsqu'on s'égaré, les projets font place aux surprises et c'est alors, mais alors seulement, que le voyage commence. »*

Nicolas Bouvier – *L'usage du monde*

Le projet **Sève & Papillon** a pris forme dans mon esprit début 2013. Sans doute mûrissait-il déjà depuis bien plus longtemps. Il est le fruit d'un cheminement personnel et professionnel de près de cinquante ans de vie et de prises de conscience successives.

Mon parcours professionnel a été riche et très diversifié, jusqu'à ce que, à l'aube de la quarantaine, je reprenne mes études pour devenir **infirmière**. Devenue professionnelle de santé, je me suis orientée vers le travail auprès d'**adultes** en situation de **handicap psychique**. Pour ce faire, je me suis **spécialisée** dans des **techniques** innovantes issues de la **psychologie humaniste** : **réhabilitation psychosociale** et **éducation thérapeutique**.

J'exerce pour une part en Hôpital de Jour (HDJ). J'anime plusieurs fois par semaine des groupes de patients avec lesquels je travaille sur les **habiletés sociales**, la confiance et l'**estime de soi**, la **résolution de problèmes** personnels et interpersonnels, la **gestion du stress**, etc. Ce travail se fait en **équipe** avec d'autres professionnels de santé : médecins, psychologues, psychomotricienne, ergothérapeutes... La **synergie** de ces différentes approches contribue incontestablement, non seulement au mieux-être des patients, mais aussi à une **reprise en main de leur vie**, une reconquête de leur **pouvoir personnel**. Ce travail en équipe **pluridisciplinaire** permet de coordonner un **parcours individualisé** en lien avec le **projet personnel** du patient et de lui proposer des activités diverses, dont la combinaison lui permet d'avancer vers l'atteinte des **objectifs** que nous avons **définis avec lui**.

Je travaille également en Centre Médico-Psychologique (CMP) où je suis amenée à prendre en charge des personnes plus stables ou ne relevant pas de la psychiatrie lourde de secteur, mais ayant **besoin d'un soutien** à un moment douloureux de leur parcours de vie. Ces personnes viennent consulter au CMP parce qu'elles n'ont **pas les moyens** de se faire accompagner en libéral. Elles gagneraient sans doute à l'être tant nos délais sont longs et le suivi sans garantie de stabilité ni de durée.

Parallèlement à mon métier d'infirmière, je pratique aussi la **réflexologie plantaire** à laquelle je me suis formée à peu près à la même époque que celle où j'ai obtenu mon diplôme. Mon intérêt pour la médecine chinoise ne date pas d'aujourd'hui puisque j'ai été soignée par acupuncture dès l'âge de dix ans. Je suis également passionnée par l'**aromathérapie**, la phytothérapie, et, de manière plus générale par toutes les **méthodes thérapeutiques naturelles**. Il m'est arrivé bien souvent ces dernières années de regretter de ne pouvoir proposer mes soins énergétiques à certains patients que je rencontre au CMP. Tout récemment, ma hiérarchie m'a dégagé du temps pour le faire ce qui est très novateur et n'a sans doute encore jamais été expérimenté en psychiatrie.

Dans ma clientèle de réflexologue, par ailleurs, je suis en contact avec des personnes très diverses. Certaines sont en souffrance dans leur milieu familial ou professionnel, d'autres simplement en recherche d'épanouissement personnel, d'équilibre et de bien-être. Aucune ne relève d'une prise en charge institutionnelle en psychiatrie.

J'ai ainsi découvert que **Sève & Papillon** entre en résonance de multiples manières avec des **préoccupations actuelles** qui concernent toutes, à des degrés divers, **les liens que l'individu entretient avec lui-même, avec les autres et avec son environnement.**

Pendant ce temps, j'ai aussi continué à exercer mes deux professions et réalisé qu'aucun accompagnement n'avait d'efficacité durable si la personne accompagnée ne réussissait pas à **lever sa propre résistance au changement** et à **devenir autonome**. Et pourtant elle veut aller mieux, elle veut faire les bons choix pour elle, **elle veut... mais elle n'y arrive pas toujours.**

J'ai compris que **tout parcours personnel**, qu'il s'inscrive dans une démarche professionnelle ou privée, qu'il concerne un besoin en santé, une recherche d'épanouissement ou un chemin de reconstruction, **passé nécessairement par des changements et des ajustements successifs**. Or, l'obstacle rencontré est toujours le même : la **difficulté à changer** que ce soit les **représentations et croyances personnelles** ou **collectives** ou bien **les comportements**.

---

*Par exemple : pourquoi la personne à laquelle on a bien expliqué que sa consommation de sucre est dommageable et qui vous répond dans un soupir : « Je sais... » ne va-t-elle pas réduire sa consommation pour autant ? Parce que, même si elle sait que cela lui nuit, l'intérêt qu'elle aurait à s'abstenir n'est pas suffisamment puissant pour contrer le plaisir qu'elle a à maintenir sa consommation de sucre. C'est ce qu'on appelle la « **motivation intrinsèque** ». Il a été démontré que **l'information seule n'induit aucune modification durable du comportement**. Il faut que cela vienne de l'intérieur, pas d'une contrainte extérieure qui peut se révéler efficace un temps mais n'a que peu de chances de se maintenir dans durée. Pour s'incarner, le **changement doit être désirable**. Et à l'origine de ce désir de changement, il y a **toujours un déclic**.*

---

Dans cet exemple, il est question de changements souhaitables et bénéfiques pour la personne elle-même. Pour que ces changements s'opèrent, il est nécessaire que le **désir de prendre soin de soi** prenne le pas sur la satisfaction immédiate ou les habitudes. Or, le plus souvent, ce qui fait obstacle et empêche le déclic d'avoir lieu est un sentiment bien ancré d'impuissance et d'incapacité. On peut élargir le point de vue et réaliser qu'**on retrouve ces mêmes difficultés** pour des **problématiques collectives** plus larges qui concernent le **développement durable** et l'avenir de notre planète. Il ne sera alors plus question de **prendre soin de soi** mais **de l'environnement** dans lequel on vit. Et là encore, on retrouve ce fameux sentiment d'impuissance. L'enjeu est tellement énorme qu'il vaut mieux l'ignorer.

On sait aujourd'hui que l'attitude consumériste des pays développés a conduit à une **destruction progressive et inéluctable des ressources planétaires**. Une étude de WWF menée en 2005 arrive à la conclusion qu'avec le développement des pays émergents et à l'horizon **2050, 2 planètes** seront **nécessaires** pour assurer la survie de la population mondiale. Il ne s'agit donc pas d'initier un changement comportemental simplement parce que c'est bénéfique ou souhaitable, mais bien parce que c'est **vital et indispensable**. Et pourtant, nous savons tous combien il est **difficile de modifier ces comportements bien ancrés** et le peu d'effort que nous arrivons à consentir pour en changer.

Les anglo-saxons appellent cela l'**empowerment**<sup>1</sup>. En **regagnant du pouvoir sur sa vie**, la personne **s'extrait du sentiment d'impuissance** et donc du désespoir qui immobilise. Il devient alors possible de **laisser émerger une réelle motivation au changement**.

En intégrant **écologie intérieure, écologie relationnelle et écologie extérieure**, selon le modèle proposé et détaillé ci-après, ce projet développe une **approche globale** qui est la seule à pouvoir prendre en compte tous les **besoins fondamentaux** de l'être humain, qu'ils soient physiologiques, émotionnels, psychologiques ou spirituels.

Loin de tout dogmatisme, cette approche encourage l'individu, dans son unicité particulière, à **faire ses propres choix** et **élaborer sa recette personnelle de l'équilibre et du bien-vivre**. Il le fait à son rythme et sans la moindre **pression extérieure**.

Pour ce faire, il est essentiel qu'il puisse être non seulement informé, mais surtout **accompagné** et qu'il puisse **expérimenter**, individuellement ou collectivement, et **partager des pratiques** diverses, **d'ici ou d'ailleurs**, concernant l'environnement et le développement durable, les relations interpersonnelles, l'équilibre et la prévention en santé.

---

Sève & Papillon se donne aujourd'hui pour mission de faire exister et vivre un **lieu d'accueil pluridisciplinaire, solidaire et s'inscrivant dans une démarche participative**. Ce lieu doit pouvoir accueillir **tous types de publics** (scolaires, familles, particuliers de tous âges, personnes handicapées...) et favoriser la **transmission des savoirs** par un **vécu expérientiel de l'environnement, de la relation à l'Autre** et des **pratiques naturelles d'optimisation et de maintien de la santé**. Cet espace, composé d'une vaste **éco-construction** et d'un **jardin aménagé**, à la fois ouvert et ressourçant, s'inscrit dans une **démarche holistique**<sup>2</sup> qui appréhende de toutes les manières possibles les liens que la personne entretient avec la Nature, avec elle-même et avec les autres. Le défi à relever est de réussir à **s'implanter, au cœur du tissu urbain** et d'être **accessible**, tant sur le plan **géographique** que sur le plan **financier**, à **toutes les populations**, y compris et surtout, **celles qui en sont habituellement exclues**.

---



Dessin Philippe Starck - 2009

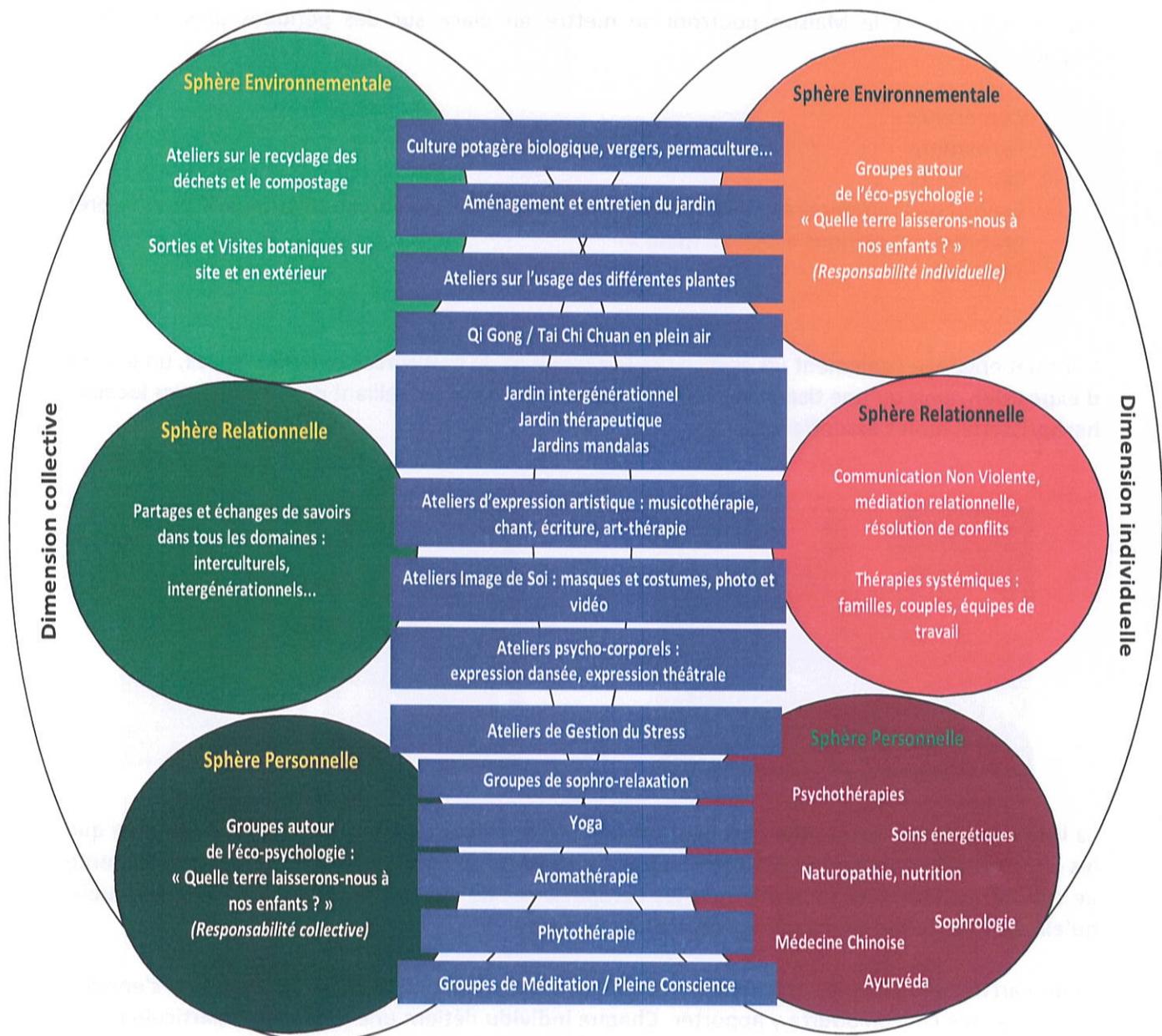
<sup>1</sup> = reprise de pouvoir, de puissance – Ce terme n'a pas d'équivalent en français. Il est traduit au Canada par « capacitation ».

<sup>2</sup> = globale, qui prend en compte tous les aspects

Chaque personne devrait avoir la possibilité de **poser des choix éclairés**. Et pour qu'elle puisse avoir cette liberté mais aussi pour éveiller sa curiosité et lui permettre d'explorer des pistes qu'elle n'aurait peut-être pas eu l'idée d'explorer, Il est essentiel qu'elle puisse **élargir son champ de possibilités** en se voyant proposer **sur un même lieu** des pratiques différentes et diversifiées.

#### 4. ACTIVITES ENVISAGEES

Ainsi, après inauguration de la **Maison**, activités collectives et suivis individuels pourront être proposés à l'année, soit sous forme d'activités ou rendez-vous hebdomadaires, soit sous forme d'ateliers ponctuels :



## 5. BENEFICIAIRES ET PUBLICS ACCUEILLIS

Il sera nécessaire de mener une enquête de terrain afin de **s'assurer de l'adéquation** de ce que propose le projet avec les **besoins des populations du territoire** où la Maison va s'implanter. Un **diagnostic partagé** sera nécessaire pour **faire coïncider offre et besoins**. L'objectif est que ce lieu soit une **réelle valeur ajoutée dans le paysage urbain** où il trouvera sa place et qu'il puisse **remplir sa mission au mieux**. Une belle maison sans habitants n'a que peu d'intérêt...

La Maison sera conçue pour accueillir **tous les publics**, y compris dans les activités d'extérieur (ce qui implique des **aménagements spécifiques** pour en favoriser l'**accessibilité**). Suivant les horaires de la journée ou les périodes de l'année, ce peut être des groupes différents, mais la Maison restera **ouverte à tous** dans la limite de ses horaires d'ouverture. La création d'une **garderie pour les enfants** serait un plus à envisager pour permettre aux mamans de profiter des activités en toute tranquillité.

### 5.1. PUBLICS SCOLAIRES

La Maison souhaite pouvoir accueillir des **classes de tous les niveaux** et sur **tous les types d'activités**. Des partenariats peuvent être envisagés avec des établissements ou des enseignants sur des activités à l'année.

### 5.2. ENTREPRISES

La Maison souhaite proposer des ateliers et séminaires de **Gestion du Stress** ou de **Communication – Gestion relationnelle** aux entreprises dans le cadre de la **réduction des risques psychosociaux**.

Les experts en environnement de la Maison peuvent aussi proposer des **ateliers Jardins d'Entreprise** ou accompagner la **création et l'aménagement de jardins collectifs**. Ils peuvent intervenir à titre de **conseil** sur des **questions environnementales** ou liées à la **biodiversité**, au **développement durable**.

### 5.3. INSTITUTIONS ET STRUCTURES DE SOINS

La **Maison** envisage évidemment un **travail en réseau** avec les **partenaires locaux du champ sanitaire et social**. Elle pourra ainsi accueillir des publics fragilisés par le handicap, qu'il soit moteur, mental ou psychique. Elle peut aussi aménager des activités adaptées pour les personnes âgées. Les **aménagements**, aussi bien en **extérieurs** dans les **jardins** qu'à **l'intérieur**, seront **adaptés** pour permettre l'**accessibilité des activités**, y compris de **jardinage**, aux **personnes à mobilité réduite**.

Dans certains cas bien particuliers de dépendance ou d'incapacité temporaire ou permanente à sortir de chez soi, il est même envisagé à terme des visites dont la nature sera à définir avec les intervenants ou équipes en charge, ou avec le médecin traitant.

Le rôle de l'enseignant doit se composer de plusieurs aspects : d'abord, de l'éducation professionnelle des élèves, de la formation, surtout en ce qui concerne les méthodes nouvelles, l'adaptation de l'enseignement à la situation, etc. et de la mise à jour des connaissances de l'enseignant.

Ensuite, de la formation des élèves pour toutes les situations de la vie professionnelle, de la formation des élèves (individuelle) pour leur vie personnelle et de la formation des élèves (collective) pour leur vie sociale.

### LES ÉVALUATIONS

Le rôle de l'enseignant doit être évalué sous deux aspects : d'abord, de la formation professionnelle des élèves, de la formation des élèves (individuelle) pour leur vie personnelle et de la formation des élèves (collective) pour leur vie sociale.

Ensuite, de la formation des élèves pour toutes les situations de la vie professionnelle, de la formation des élèves (individuelle) pour leur vie personnelle et de la formation des élèves (collective) pour leur vie sociale.

### LES ÉVALUATIONS

Le rôle de l'enseignant doit être évalué sous deux aspects : d'abord, de la formation professionnelle des élèves, de la formation des élèves (individuelle) pour leur vie personnelle et de la formation des élèves (collective) pour leur vie sociale.

Ensuite, de la formation des élèves pour toutes les situations de la vie professionnelle, de la formation des élèves (individuelle) pour leur vie personnelle et de la formation des élèves (collective) pour leur vie sociale.

Ensuite, de la formation des élèves pour toutes les situations de la vie professionnelle, de la formation des élèves (individuelle) pour leur vie personnelle et de la formation des élèves (collective) pour leur vie sociale.

L'heure est à l'inventivité concernant les bâtiments éco-construits et passifs. Il s'en trouve de toutes sortes avec des matériaux très divers et des formes tout aussi variées. La **forme hexagonale ou octogonale** est privilégiée. Néanmoins, même avec ce premier choix posé, les possibilités restent nombreuses. Il faudra donc **rencontrer des maîtres d'œuvres** afin d'affiner l'évaluation du coût de la construction. Sachant que l'idée est de formaliser un modèle reproductible mais adaptable. Un partenariat est donc à trouver et à finaliser sur ce projet qui peut ouvrir sur d'autres projets potentiels à venir.

La surface du bâtiment reste à préciser tout comme sa conception (plain-pied ou R+1). Néanmoins en tenant compte des activités et de la programmation envisagée, une **surface se situant entre 250 et 350 m<sup>2</sup> serait idéale**. L'essentiel étant que le projet voit le jour, il est évident que cette surface est plus indicative qu'absolument nécessaire.

## 8. FORME JURIDIQUE, FINANCEMENT ET BUDGET

*Une démarche participative et solidaire...*

### 8.1. FORME JURIDIQUE

La forme juridique qui semble la plus adaptée au projet n'est pas encore clairement définie mais **s'apparente sans hésitation à l'Economie Sociale et Solidaire (ESS)**. Elle est la seule à permettre une gouvernance collective et participative correspondant à sa philosophie fondatrice et qui permette aux acteurs et financeurs venant d'horizons divers, de se retrouver dans les objectifs du projet.

Un groupement collectif de structures juridiques différentes répondant chacune à une mission bien précise pourrait s'envisager.

### 8.2. FINANCEMENT INITIAL

Le financement initial nécessaire à la réalisation du projet fera appel au **financement solidaire et participatif** que ce soit sous forme de **prises d'intérêts, dons ou prêts consentis par des établissements spécialisés**. Les modalités selon lesquelles ce financement pourrait se faire demandent à être étudiées et précisées. La participation de collectivités territoriales serait évidemment la bienvenue.

Dans l'état actuel du projet, il est difficile de proposer une estimation chiffrée tant les variables à intégrer sont nombreuses et incertaines à ce jour.

### 8.3. BUDGET DE FONCTIONNEMENT

Le budget de fonctionnement, comprenant les charges salariales, les frais d'entretien du lieu, ainsi que les remboursements de prêts, taxes et impositions devra être financé, pour sa plus grande part par les **revenus générés par les activités** et soins, selon des modalités à réfléchir. Il est envisagé un système d'**abonnements** à l'année pour les activités régulières, soit pour une activité, soit pour plusieurs, individuels ou familiaux. Le même système peut s'envisager pour les soins, hors psychothérapies. Les ateliers ponctuels et événements feront l'objet d'un paiement séparé, moindre pour les abonnés.