

## Atelier vidéo en rééducation – Créer pour se reconstruire

### **Problématique :**

Lorsqu'une personne est hospitalisée, en rééducation ou en convalescence, elle traverse souvent une période de fragilité physique et psychologique. Les journées peuvent sembler répétitives, centrées sur le soin, laissant peu d'espace pour l'expression personnelle ou le sentiment de création.

**Comment redonner aux patients un rôle actif et créateur dans leur parcours de reconstruction ?**

### **Objectifs :**

- **Favoriser l'expression personnelle :** Permettre aux patients de raconter leur histoire et de partager leurs émotions.
- **Stimuler l'énergie vitale :** Utiliser la création artistique pour redonner du sens et de la motivation.
- **Renforcer le collectif :** Fédérer les participants autour d'un projet commun en dehors du cadre médical.
- **Valoriser les participants :** Transformer leur vécu en une œuvre créative qui laisse une trace positive.

### **Déroulé :**

**Durée : Atelier hebdomadaire sur 4 à 8 semaines (adaptable en fonction des besoins).**

**Participants : Groupes de 2 à 6 personnes, en fonction de l'état de santé et des capacités.**

### **Étapes principales :**

- **Introduction :** Découverte ludique des outils vidéo (caméra, son).
- **Exploration :** Jeux autour des images et sons (capturer un moment, raconter une petite histoire).
- **Création :** Réalisation de courts films inspirés de l'environnement hospitalier ou des récits personnels.
- **Présentation :** Diffusion des créations dans l'établissement ou lors d'un moment collectif.

### **Bénéfices :**

#### **Pour les patients :**

- **Psychologique :** Renforcer la confiance en soi et le sentiment de maîtrise.
- **Emotionnel :** Offrir un espace d'expression et de valorisation de leur parcours.
- **Social :** Créer du lien avec d'autres participants et briser l'isolement.

#### **Pour l'établissement :**

- **Image positive :** Innover en intégrant l'art dans l'accompagnement thérapeutique.
- **Bien-être global :** Participer à une approche holistique du soin.
- **Témoignages inspirants :** Créer un patrimoine vidéo qui met en lumière les histoires et résiliences des patients.

## **Mon expérience :**

Cinéaste de formation, je suis également passée par une longue hospitalisation et un parcours de rééducation à la suite d'un accident. Ce projet est né de cette double expérience, à la fois en tant que créatrice et en tant que patiente. J'ai pu ressentir combien l'expression artistique peut redonner un élan vital, et combien la création aide à reprendre sa place dans le monde. Mon objectif est de transmettre cette dynamique à travers cet atelier.

## **Recherche de partenaires :**

Je cherche aujourd'hui des établissements de soins ou des structures institutionnelles prêtes à expérimenter ce projet avec leurs équipes et patients. Parce que l'art peut jouer un rôle essentiel dans la reconstruction et l'autonomie.