

Thérapie de la grimpe

Le centre de santé mentale Bénesse-Maremne (40) propose de l'escalade pour soigner les adolescents

Le centre ambulatoire Bénesse-Maremne - Inicea (40), hôpital de jour spécialisé dans la santé mentale de l'enfant et de l'adolescent, lance *Thérapie de la grimpe*, un parcours thérapeutique centré sur l'escalade. Chaque semaine, un atelier d'une heure est organisé avec quatre adolescents présentant des troubles anxio-dépressifs, un manque de confiance en eux ou des difficultés de socialisation. L'escalade est utilisée comme outil psychothérapeutique pour leur permettre de renforcer leur confiance en eux, développer leur autonomie et mieux appréhender la gestion de leurs émotions.

L'escalade, un tremplin vers le mieux-être

La *Thérapie de la grimpe* propose une approche innovante où le corps et le mouvement deviennent des supports essentiels pour le travail psychologique. En évoluant sur des blocs de différents niveaux, les adolescents apprennent à canaliser leur énergie, à surmonter leur peur et leur frustration, à développer des stratégies de résolution de problèmes, puis à renforcer leur estime personnelle, leur autonomie et leur cohésion au sein d'un groupe.

Un accompagnement spécifique pour les adolescents

Cette approche non-médicamenteuse, organisée au centre d'escalade Blocoast Hossegor, est conduite par deux psychologues et un professeur d'escalade. Les jeunes patients bénéficient d'un suivi adapté alliant activité physique et débriefing post-séance afin de verbaliser leurs ressentis. A la rentrée de septembre 2025, ils laisseront place à un autre groupe d'adolescents suivi par la clinique de Bénesse-Maremne.

Rémi Berot, directeur du centre ambulatoire Bénesse-Maremne - Inicea : « *Avec le succès de la Thérapie de la vague, centrée sur le surf et les mouvements de l'océan, le lancement de la Thérapie de la grimpe nous est apparu comme une évidence. Les premiers retours sont très encourageants puisque les adolescents y trouvent un espace pour exprimer leurs émotions, travailler leur maîtrise corporelle et développer une confiance en eux progressive. En affrontant leurs peurs et en s'initiant à la chute contrôlée, ils apprennent à transformer leur angoisse en plaisir et à mieux appréhender le regard des autres.* »

À propos d'Inicea

Inicea est le réseau d'établissements et Services de santé du Groupe Clariane en France. Il regroupe plus de 100 établissements de santé au cœur des territoires : cliniques de Soins Médicaux et de Réadaptation (SMR), cliniques de santé mentale, et des offres d'Hospitalisation à Domicile (HAD) et Services de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD), ainsi que des consultations de prévention et diagnostics associés.

Par ailleurs au total, le Groupe Clariane compte 277 établissements de santé en Europe.

Clariane est la première communauté européenne de soin dans les moments de fragilité. Elle est présente dans six pays : Allemagne, Belgique, Espagne, France, Italie et Pays-Bas.

Avec leurs différentes expertises, les 63 000 professionnels du Groupe travaillent chaque année au service de près de 900 000 patients et résidents dans trois grands domaines d'activités : les maisons de retraite médicalisées (Korian, Seniors Residencias...), les établissements et services de santé (Inicea, Ita, Grupo 5, Lebenswert...) ainsi que le domicile et habitat alternatif (Petits-fils, Âges & Vie...).

Clariane est devenue en juin 2023 société à mission et a inscrit dans ses statuts une nouvelle raison d'être, commune à toutes ses activités : « Prendre soin de l'humanité de chacun dans les moments de fragilité ».

Contacts presse

Julie Mary
Responsable des relations presse
06 59 72 50 69
julie.mary@clariane.com

Florian Bachelet
Responsable des relations presse
06 79 86 78 23
florian.bachelet@clariane.com

Mélie Boissonnet
Chargée des relations presse
07 63 34 61 60
melie.boissonnet@clariane.com