Quand l'art libère la parole

HAPPENING • Proposer à travers une installation artistique itinérante un espace de dialogue autour des violences, des abus et du harcèlement: c'est l'ambition des «Marques du Silence», un projet participatif imaginé par la chanteuse LNA Lanaras. Après deux premières actions cet été à Lausanne, la fondatrice de l'association Art & Résilience veut désormais multiplier les happenings en Suisse, intervenir dans les écoles et les entreprises et réunir toutes les marques recueillies dans une grande exposition.

Une silhouette blanche, des fils et des mots: à Saint-François, le projet «Les Marques du Silence» a invité les passants à libérer une parole souvent enfouie. PHOTOS HUMANSPROJECT.CH

Une matinée pluvieuse - on n'y croyait plus! - ce vendredi 21 août à Lausanne. Sur la place Saint-François, au milieu des parapluies et des passants pressés, une silhouette blanche se tient droite. Elle est emberlificotée dans des fils de couleur, posés par les passants, qui semblent progressivement l'emprisonner. Sa combinaison immaculée se couvre de mots laissés par des inconnus: des mots d'espoir, de souffrance, de pardon, de résilience. Certains s'arrêtent quelques secondes. D'autres interrogent, écrivent, nouent un fil, racontent.

C'est pour eux qu'Elena Lanaras a imaginé l'installation. La silhouette blanche symbolise ce silence qui entoure encore les violences, tandis que les fils représentent l'emprise et la douleur. Les mots, eux, disent ce qui reste parfois enfoui pendant des années. Lors d'un précédent happening lausannois, le dispositif était différent: les passants trempaient leurs mains dans la peinture avant d'en laisser l'empreinte sur la combinaison blanche.

> *«Nous sommes là pour soutenir»*
> Elena Lanaras, fondatrice de l'association Art & Résilience

L'art libère

L'expérience a dépassé les attentes de ses initiateurs. «On savait que cela touchait énormément de monde. Mais le ressentir, le voir et entendre les gens parler, c'était hallucinant», confie Elena. Lors de la première action lausannoise, presque toutes les personnes qui se sont arrêtées ont fini par confier leur propre histoire. «Elles se sentaient en sécurité, ne se sentaient pas jugées. Certaines nous demandaient déjà où aurait lieu la prochaine action». Cette libération de la parole est au cœur du projet porté par l'association Art et Résilience. Avant même sa création officielle, ses initiateurs ont testé leur démarche pendant près d'une année, dans des écoles, des universités ou lors de concerts. Avec le même constat: l'art peut ouvrir des brèches qui permettent de briser la chape de plomb du silence. «Après mes concerts, des personnes venaient vers moi pour me raconter des choses extrêmement intimes. Certaines me disaient: "Mon mari est juste à côté et il ne sait même pas ce que je suis en train de vous raconter." C'est très puissant».

Transformer ses blessures

Si Elena parle aujourd'hui de ces sujets, c'est qu'ils appartiennent à sa propre histoire, ayant elle-même subi, dans son enfance, des abus sexuels, des violences physiques, du harcèlement et une forte emprise psychologique. «Moi, je m'en suis sortie. J'ai envie de partager mon chemin, de transmettre de l'espoir à ceux qui n'y arrivent pas encore. Leur montrer que ce n'est pas une fatalité et qu'on a le droit d'être heureux». La thérapie a joué un rôle essentiel dans sa reconstruction, puis la musique lui a offert un autre chemin: il y a quatre ans, elle prend son premier cours de chant. Un défi immense pour celle pour qui chanter constituait jusque-là «un trauma». Son professeur l'encourage à travailler sa voix. Les chansons arrivent, nourries par son histoire, puis les concerts. «Grâce à ça, j'ai pu me libérer. Ça m'a énormément aidée». Son engagement la conduit également à devenir ambassadrice de l'association Gaby, qui agit contre le harcèlement scolaire. Lors d'une intervention dans une école autour de sa chanson «Ma vérité», Elena voit des mains se lever parmi les élèves et entend des témoignages qui la bouleversent. Une confirmation supplémentaire de la nécessité d'aller au-devant de cette parole, en partant à la rencontre des gens, dans l'espace public, via un dispositif participatif.

Elena tient à le préciser: «Art et Résilience n'a pas vocation à se substituer aux professionnels. Nous sommes là pour soutenir, créer un espace de sécurité afin que la parole puisse se libérer». L'association s'est entourée d'un comité comprenant psychologue, ergothérapeute, juriste et sophrologue, tandis qu'un comité de jeunes doit parallèlement l'aider à rester connecté aux nouvelles formes de harcèlement, notamment sur les réseaux sociaux. Car le silence, rappelle Elena, est aussi l'une des armes de l'emprise. «On peut se retrouver bloqué psychologiquement et émotionnellement. Pouvoir se dire: "Je suis en sécurité, je peux parler, personne ne va me juger", c'est déjà un premier pas».

Une grande exposition

Après Lausanne, «Les Marques du Silence» veut désormais essaimer. Un concert est agendé le 28 août à Etoy, et d'autres actions sont prévues dans des communes. Toutes ces silhouettes maculées ne disparaîtront pas. L'objectif est de les conserver et de les réunir dans une grande exposition, accompagnée d'un concert.

Sur la place Saint-François, la silhouette blanche l'est déjà moins. Au fil de la matinée, les mots, les couleurs et les fils s'accumulent sur elle. Comme s'il fallait rendre les blessures visibles pour commencer enfin à sortir du silence. ■

Thomas Lécuyer

Elena Lanaras, instigatrice du projet.

Bénévolat Vaud vous offre les petites annonces d'associations de votre région !

> Partagez votre parcours, inspirez un.e jeune

ROCK YOUR LIFE! Vaud recherche des bénévoles pour accompagner des élèves dans leur parcours personnel et professionnel grâce à un mentorat individuel. En partageant votre expérience, vos conseils et votre motivation, vous contribuez à renforcer la confiance en soi des jeunes et à les aider à développer leur potentiel.
078 240 38 32,
catherine.fournier@rockyourlife.org

> Envie de donner du sens à votre temps libre ?

Caritas Vaud propose plusieurs formes d'engagement bénévole, accessibles et variées. Vous pouvez contribuer à l'accueil dans nos boutiques de seconde main, accompagner des personnes dans leurs démarches du quotidien ou soutenir des activités sociales. Chaque mission permet de créer du lien, d'agir concrètement pour plus de solidarité et de renforcer la cohésion sociale dans le canton. 021 317 59 92, caritas-regio.ch ou benevolat@caritas-vaud.ch

> Animaux des seniors : garde d'animaux et/ou coordination

L'antenne lausannoise d'ASA (Aide Senior Animaux) cherche des bénévoles pour trouver une solution de garde ou de placement pour leur animal. Possibilité également de s'occuper de la permanence téléphonique par tournus. Véhicule apprécié pour le transport des animaux (défraiement prévu). 079 926 80 61,
lausanne@asajfk.ch

> Soutien à la croissance d'une bibliothèque d'objets à Lausanne

La Manivelle Lausanne, première bibliothèque d'objets du canton de Vaud, recherche des bénévoles pour accompagner son développement. Selon vos envies : réparer des objets, créer des partenariats, rechercher des fonds, créer du contenu pour les réseaux sociaux, animer des ateliers ou représenter l'association lors d'événements. lausanne@manivelle.ch

> Accompagnez des sorties avec des personnes âgées

La Résidence Pré-Fleuri à Lausanne recherche des bénévoles pour accompagner des personnes âgées lors de sorties (balades, visites, marchés, etc.). En collaboration avec l'équipe d'animation, vous contribuez à rendre ces moments conviviaux et accessibles au plus grand nombre de résident.e.s.
076 214 14 22,
coordinateur.benevoles@pre-fleuri.ch

> Accueillez le public lors de matchs de basket

Le club Pully Lausanne Foxes est à la recherche de bénévoles pour accueillir et orienter le public lors des matchs à domicile. En rejoignant l'équipe, vous contribuez au bon déroulement des rencontres et participez à l'ambiance conviviale des événements sportifs.
078 700 26 72,
remy.large@foxesbasketball.ch

> Bonnes étoiles et petits plats

L'association Asnova, soutient et réconforte les personnes en deuil. Elle cherche des bénévoles bienveillant.e.s, ayant déjà traversé un deuil, pour apporter un repas fait-maison et un moment d'écoute et d'échanges aux personnes concernées. Prérequis : suivre la vidéo de formation sur le deuil, être en mesure de se déplacer facilement avec des repas. Contreparties : remboursement des frais pour la préparation des repas.
078 606 36 76, info@asnova.ch

Courses et repas à domicile avec la Croix-Rouge vaudoise

Offrez de votre temps et accompagnez des personnes, souvent âgées, dans les courses ou la préparation de repas. Engagement de quelques heures par semaine selon vos disponibilités. Formations gratuites et suivi. 021 340 00 99,
benevolat@croixrougevaudoise.ch

> Coéquipier.ère pour le comité de l'association À l'uni-sens

L'association propose des activités visant à renforcer le lien social et à soutenir des personnes en situation de précarité. Parmi les exemples ; gardes d'enfants gratuites, massages et soins en cabinet, gratuits, coupes de cheveux gratuites, initiation et découverte des échecs.
info@alunisens.com

> Offrez votre temps lors d'activités de sport et de loisirs

Procap Lausanne recherche des bénévoles pour accompagner des enfants et des adultes en situation de handicap lors d'activités de loisirs et de sorties (balades, ateliers, zoo, karting, etc.). Votre présence favorise l'inclusion et permet à chacun.e de partager des moments conviviaux. 021 620 75 59, lausanne@procap.ch

> Bénévoles aux Galetas du CSP Vaud

Dans ces magasins de seconde-main caritatifs, vous vous occuperez, selon vos envies, de la réception des dons et de leur tri, ainsi que de la bonne tenue de l'espace de vente. L'engagement est d'une demi-journée par semaine, selon vos disponibilités. Formation et encadrement assurés. 021 560 60 66,
adrien.pernet@csp-vd.ch

> Contribuez à un espace garderie solidaire

L'association I Work U Play cherche des bénévoles pour accueillir et s'occuper d'enfants de 0 à 5 ans dans son espace garderie à Lausanne. Une demi-journée par semaine suffit pour offrir aux parents un temps dédié à leur activité professionnelle ou à leur réinsertion. 079 249 06 15,
info@iworkuplay.com

> Podologue, dentiste, physio bénévole au Point d'Eau

Soutenez les personnes précarisées au Point d'Eau à Lausanne : cabinet professionnel disponible, mission flexible selon vos disponibilités, possibilité d'arrêt immédiat. Apportez vos compétences pour des soins gratuits et solidaires.
info@pointdeau-lausanne.ch

Contactez-nous par mail ou pour agender un rendez-vous gratuit.
benevolat@benevolat-vaud.ch,
021 313 24 00 benevoljobs.ch
Bénévolat Vaud