



Tony SOULIE, "Sans titre", Technique mixte sur photo, 40 x 50 cm, © Tony SOULIE

Pourquoi offrir une œuvre d'art ?

Voici venu le temps de Noël. Le temps des lumières et de ses décorations qui mettent de la joie dans nos rues. Le temps des cadeaux et le temps des retrouvailles... Même si parfois, la tâche des cadeaux n'est pas si simple. Et si on changeait nos habitudes ?

Quand l'art est bon pour la santé

Depuis deux ans, à Montréal, il est possible de se faire prescrire des visites... au musée ! Reconnu comme bénéfique pour la santé, l'art est accessible gratuitement via des ordonnances prescrits par certains médecins. De même, et sur un autre registre, l'art thérapie est particulièrement reconnu aujourd'hui : l'art améliore l'humeur, il apaise.

Déjà Platon disait : « le premier bien est la santé, le deuxième la beauté ». Plus récemment le neurobiologiste Jean-Pierre Changeux, souligne que le beau engendre au niveau du cerveau une inondation de dopamine, l'hormone du plaisir. Ainsi, un article du British Journal of Psychiatry concluait que les visites culturelles permettaient de réduire de 32% les risques de dépression chez les seniors, voire de 48% quand ces visites se font une fois par mois minimum.

De son côté, l'OMS s'est aussi penchée sur la question. Selon l'Organisation, « faire entrer l'art dans la vie de quelqu'un par le biais d'activités telles que la danse, le chant ou la fréquentation de musées et de concerts nous donne une clé supplémentaire pour améliorer notre santé physique et mentale".

Et si l'art prenait sa place sous le sapin ?

Faire le choix de l'art c'est faire le choix de sortir de nos habitudes. Avec l'art, nous sortons de la liste traditionnelle des cadeaux pour ces fêtes de fin d'année ou pour toute autre occasion d'ailleurs.

Une œuvre d'art est unique et pérenne. **C'est un cadeau original et unique pour une personne unique.** Vous signifiez à la personne qu'elle est unique et précieuse à vos yeux. De plus, l'art en cadeau est une façon de **partager une passion, de créer un souvenir inoubliable de l'évènement et de susciter une foule de sentiments et d'émotions bénéfiques.** En effet, l'œuvre d'art magnifie le lieu dans lequel il est installé, il invite à un voyage sans cesse renouvelé, à des émotions sans cesse renouvelées.

L'art partout, tout le temps

Ainsi vous l'aurez compris, l'art est un cadeau spécial qui a toute sa place en cette période de Noël et pour tout évènement à fêter. Ce cadeau qui se garde toute une vie (et se transmet) est un souvenir mémorable qui irradie ses bienfaits de manière variée et permanente. Et plus encore que dans la sphère personnelle, l'art est aussi un beau cadeau et source de bienfaits pour la sphère professionnelle. Parfait moyen d'évasion, de réflexion, de communication, de transformation, l'art contribue à faire sens ensemble. **Alors l'art sera-t-il au centre de vos vies pour cette nouvelle année ?**

A la fin de cette année si particulière, je tiens à remercier spécialement tous ceux qui ont choisi de me suivre sur LinkedIn, des plus anciens aux plus récents. Votre confiance nourrit ma confiance et me donne l'énergie pour continuer à agir dans le sens profond de mon engagement : la conviction qui m'anime chaque jour est que l'art embellit la vie et nous transforme. Il nous procure un bien-être profond avéré, à vous de l'expérimenter !

Anne de la Roussière