

Vacances
L'échappée
belle, loin
des soucis
du quotidien
avec le SPF

page 18



SECOURS POPULAIRE .fr CONVERGENCE

LE MAGAZINE
DE LA SOLIDARITÉ
N° 330 / mai-juin 2013 - 3 euros

pour votre
rendez-vous
quotidien
d'information

Reportage
Faire du bien
au corps
quand
ça va mal

Le soin et
une écoute
empathique,
les petits
miracles de
la socio-esthétique

page 6



Socio-esthétique

DEPUIS 35 ANS, le soin esthétique se met au service de l'humanitaire.

Le quotidien embelli

Faire du BIEN au corps quand ÇA VA MAL

Après avoir conquis le milieu médical, la socio-esthétique investit le domaine social.

Les socio-esthéticiennes nouent

des relations fortes avec des personnes en détresse, en les aidant à se sentir mieux dans leur corps et dans leur vie.

ÉDITO

Le « Secours pop' » est confronté à la dureté de la crise économique. Les bénévoles se dévouent sans compter dans les actions de solidarité comme l'aide alimentaire, l'accès aux vacances, à la santé avec les « médecins du SPF »... *Convergence* nous livre ici une belle initiative d'entraide, redonnant confiance aux personnes fragilisées. Bien que notre association compte plus d'un million de membres – nous y reviendrons – le SPF a besoin de forces vives. Rejoignez-nous! **Julien Lauprêtre**, président du Secours populaire



Fetta Fertane, assistante sociale de secteur dispose des bougies et branche un magnétophone dans une salle de l'association Épicéas à Aubervilliers, en Seine-Saint-Denis. La magie d'un sitar indien emplît l'atmosphère, transformant le lieu en un espace de détente. Une à une, des bénéficiaires de l'épicerie solidaire s'installent, troquant leur manteau contre une serviette de couleur vive. La séance de socio-

esthétique va débiter. « En atelier collectif, un thème est proposé : visage, mains, pieds... Je leur montre le soin pour qu'elles puissent ensuite le pratiquer. En revanche, lors des rendez-vous individuels, chacune choisit ce qui lui plaît, un massage du corps par exemple, et je le lui fais », explique la socio-esthéticienne, Sonia Delot. Gommage des mains, massage du visage, masque à l'argile verte et à l'eau de rose délivrent peu à peu leurs bienfaits. Sonia Delot en profite pour dispenser des conseils d'hygiène, de beauté, d'entretien de la peau, et veille à transmettre des techniques reproductibles à peu de frais. « Avec de l'huile, du sucre, du thym, du miel, du thé..., on peut produire des merveilles. Les femmes s'échangent aussi leurs recettes traditionnelles, originaires

notamment du Maghreb. Ce partage est valorisant pour elles », précise Sonia Delot, qui intervient auprès de divers publics en difficulté. Après avoir séduit le milieu hospitalier, où ses bénéficiaires sont reconnus, notamment en cancérologie ou en soins palliatifs, la socio-esthétique gagne, en effet, de plus en plus le monde du social, où des équipes sont dédiées pour aider les personnes à se sentir mieux dans leur corps, et donc dans leur tête. Développée dans un cadre exigeant par l'association Codes (Cours d'esthétique à option humanitaire et sociale, voir p.9), cette discipline se définit comme une pratique professionnelle des soins esthétiques auprès de populations en détresse sociale ou fragilisées par une atteinte à leur inté-

Le toucher, le dialogue et une écoute empathique. Tel est l'esprit des ateliers de socio-esthétique organisés par l'association Épicéas, à Aubervilliers.





grité physique et psychique. Au fil de l'atelier, les langues se délient. L'avant-bras dans une attelle, Malika, employée d'un pressing, en a gros sur le cœur. « J'ai eu un accident du travail, mais mon patron ne veut pas le reconnaître. Il dit que je le fais exprès pour ne pas travailler. Je ne m'arrête jamais, mais là j'ai trop mal! J'ai peur de lui. J'ai quatre enfants et je suis seule, j'ai besoin de mon salaire », raconte-t-elle, les larmes aux yeux. Sa voisine, Nadia, allocataire du RSA, l'écoute avec attention. C'est la première fois qu'elle vient. « Une assistante sociale m'a envoyée à Épicéas, où on m'a proposé cet atelier gratuit. J'ai sauté sur l'occasion. Pour une fois, je vais pouvoir prendre soin de moi. Et rencontrer des gens, car je n'ai pas d'amies », confie-t-elle. Meryem, qui ne manque aucune séance, vient d'arriver. « J'ai apporté du thé à la menthe tout chaud et des gâteaux marocains! », lance-t-elle à la

« On peut faire du mal en voulant faire du bien. Il faut des connaissances adaptées, être sensibilisé à des valeurs, telle la neutralité, et savoir rester à sa place. »

Laurence Manzano,
socio-esthéticienne au Codes

cantonade, pendant que Maïssa, au chômage, souligne de son côté combien l'atelier lui « fait du bien physiquement et moralement ». Au détour de la conversation, Sonia Delot analyse: « L'urgence leur a fait perdre ces gestes. Ici, elles revivent ces sensations et cela leur redonne l'envie de se faire du bien. » Certaines lui ont d'ailleurs confié se sentir à nouveau « vivantes ». Expérimenté depuis 2012 par l'Association nationale de développement des épiceries solidaires (ANDES), le projet de socio-esthétique concerne cinq magasins d'Île-de-France et de Vendée. « Ces interventions sont des petits bonheurs pour ces personnes en mal de tout: d'emploi, de santé, de lien social... Lors de ce temps de bien-être, de réappropriation du corps, des choses peuvent sortir, qui peuvent être retravaillées et, ainsi, les aider à rebondir », résume Guillaume Bapst, directeur de l'ANDES, lors du congrès

Redonner de l'autonomie est l'un des objectifs de la socio-esthétique. Ici, un atelier organisé par Emmatis, à Gennevilliers.



PLUS DE 700 SOCIO-ESTHÉTICIENNES ont été formées par le Codes pour exercer auprès de publics fragilisés.

de socio-esthétique, en avril 2012. L'atelier a permis à Fetta Fertane d'aller vers Malika pour l'aider à régler son problème d'accident du travail, qu'elle avait tu jusqu'alors. L'assistante sociale est convaincue de l'intérêt de ces séances : « Des femmes ont repris confiance en elles, c'est visible. L'une d'elles a même dit avoir retrouvé un emploi en partie grâce à la socio-esthétique. » Des démarches sont d'ailleurs en cours pour que l'action soit étendue aux centres sociaux d'Aubervilliers. À Gennevilliers, dans les Hauts-de-Seine, l'utilité de cette approche en matière d'insertion est également reconnue ; une socio-esthéticienne intervient dans des clubs de recherche d'emploi, lors d'actions de remobilisation. « Les gens affirment que, lorsqu'ils

auront un boulot, ils iront mieux. Or, quand on va mal, les chances devant un recruteur sont faibles. C'est pourquoi permettre à une personne de retrouver l'estime de soi est primordial », pointe Élisabeth Tan, chef de projet à la direction de l'emploi et de l'insertion de la ville. L'objectif : favoriser un déclic afin que les personnes

réenclenchent les démarches. « Certaines ont fait plusieurs ateliers de recherche d'emploi, elles ont rédigé à maintes reprises leur CV, elles n'en peuvent plus ! Il faut leur proposer un chemin différent », assure-t-elle. En outre, même si le look ne fait pas tout, il est évident que « l'apparence n'est pas du superflu. Elle est structurante. Le rapport à autrui débute dès qu'on commence à se regarder soi-même dans le miroir », estime Arnaud Aubert, chercheur en psycho-neuro-immunologie et maître de conférences à l'université de Tours. Soucieux de démontrer que la socio-esthétique n'a rien de frivole et de faire mieux reconnaître la profession par les pouvoirs publics, le Codes a mené, en 2012, une étude nationale en partenariat avec la Fondation

L'Oréal pour tester son impact sur la réinsertion. Il en ressort que cette approche ne s'assimile ni à un « soin esthétique de confort » ni à une « prise en charge thérapeutique ou psychologique », mais bien à un « outil d'accompagnement vers la réconciliation avec le corps et l'image de soi, qui devient un "passerport social" pour la réinsertion », résume Patrick Scharnitzky, maître de conférences en psychologie sociale à l'université de Picardie, et Élodie Mansuy, psychologue.

FAIRE DE L'INSERTION... SANS LE DIRE

Le rapport souligne notamment que « l'approche non verbale par le corps permet de contourner des défenses parfois mises en place dans une démarche classique de réinsertion ». Pour que le processus puisse s'enclencher, la socio-esthétique doit cependant s'inscrire dans une approche globale, menée en rapport avec une équipe pluridisciplinaire qualifiée. Les échanges avec les autres professionnels (travailleurs sociaux, psychologues...) sont essentiels. « Le soin n'est pas une fin en soi. Il a vocation à s'insérer dans un accompa-

Une formation solide en faveur des publics fragiles

La socio-esthétique est née en 1978 avec la création du Codes (Cours d'esthétique à option humanitaire et sociale). Soutenue par le Centre hospitalier régional et universitaire de Tours (CHRU), qui l'héberge, ce centre de formation pour adultes est le seul habilité à délivrer le titre de socio-esthéticienne, reconnu pour exercer ce métier. Titulaires d'un diplôme d'État en esthétique-cosmétique, les socio-esthéticiennes doivent avoir déjà exercé avant de pouvoir suivre ce « cours d'esthétique à option humanitaire et

sociale ». La formation, soutenue par l'hôpital national de Saint-Maurice, dans le Val-de-Marne, mêle théorie et pratique et permet aux stagiaires de se préparer à la relation avec les patients et/ou les usagers et de bien s'intégrer aux équipes. Parmi les enseignements dispensés : hygiène, dermatologie, gériatrie, addictologie, oncologie, psychiatrie et psychologie, médico-social, législation... D'autres formations ont vu le jour, tel le diplôme universitaire de « spécialisation esthétique en milieu médical », créé en 2011, à la faculté de médecine Pierre-et-Marie-Curie-Paris VI. D'autres écoles s'engouffrent

dans la brèche, mais la qualité n'est pas forcément au rendez-vous. Or, face à la fragilité des publics, une formation solide s'impose.



La socio-esthétique a une dimension humanitaire et sociale.

PLUS d'infos

Études et rapports

- L'impact des ateliers de socio-esthétique auprès de bénéficiaires en situation de réinsertion sociale et/ou professionnelle : un trait d'union entre les soins du corps et la relation d'aide, Élodie Mansuy et Patrick Scharnitzky, Paris, mai 2012

Ouvrages

- *Quand on n'a plus que son corps – Soins et non-soins de soi en situation de précarité*, Gisèle Dambuyant-Wargny, éditions Armand Colin, 2006

Sites

- www.socio-esthetique.fr (site du Codes)
 - www.socio-esthetique-congres.fr
- Très riches, les conférences de la première édition du congrès de socio-esthétique d'avril 2012 sont toutes accessibles sur ce site.
- www.fmpmc.fr (site de la faculté de médecine Pierre-et-Marie-Curie).



Le souci du corps et de l'apparence a un effet vertueux dans les démarches de réinsertion sociale.

gnement de la personne. C'est un outil qui doit l'aider à aller plus loin », insiste Sonia Delot. Partir du corps se révèle aussi très intéressant auprès des personnes victimes d'extrême précarité. Des socio-esthéticiennes interviennent ainsi dans des structures recevant des sans-abri : accueils de jour, centres d'hébergement et de réinsertion sociale (CHRS). Chez les personnes qualifiées en « sans » (sans logement, sans travail, sans famille), qui, selon Gisèle Dambuyant-Wargny, maître de conférences en sociologie à l'université Paris XIII, « n'ont plus que leur corps », sollicité au-delà de ses limites. Les conditions d'existence conduisent à sa détérioration rapide et inéluctable. Dans la rue, il est, en effet, surexposé au regard des autres, à la violence ; il est surexploité dans le travail où il sert d'outil (tâches très physiques, prostitution). « La ressource du corps ayant été usée, il faut partir de là pour arrêter les dégradations, repositionner et faire les démarches nécessaires », assure la chercheuse. Intervenant à Paris auprès d'usagers de drogues, en grande difficulté, à l'Association Charonne ou au Centre 110 Les Halles, et dotée d'une longue expérience en prison,

31 % DES SOCIO-ESTHÉTICIENNES estiment que leur métier est mal connu ou méconnu.

DANS 97,5 % DES CAS, LA SOCIO-ESTHÉTIQUE AURAIT DES EFFETS POSITIFS sur ceux qui en bénéficient dans le cadre de la réinsertion sociale et/ou professionnelle, en restaurant la confiance en soi et l'estime de soi.

Une coupe SPF

Soucieux du bien-être des personnes aidées, le SPF propose des ateliers. La coiffure y est à l'honneur. Ainsi le comité de Carhaix (Finistère) a ouvert un mini-salon de coiffure solidaire. Au SPF de Corrèze, une coiffeuse se rend dans les familles, les antennes de la solidarité et les centres d'hébergement et de réinsertion sociale. De même, en Eure-et-Loir, un espace coiffure a été mis en place et une activité manucure est en cours de développement.

Une autre relation au corps

« Comme les sans-abri, les personnes âgées en Ehpad (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) sont démunies sur le plan relationnel, professionnel, du logement. Elles sont aussi souvent dépourvues face à la relation qu'elles entretiennent avec leur corps, de plus en plus pris

en charge par d'autres », relève Irène Léger, gériatre à Blois (Loir-et-Cher). La socio-esthétique, qui permet de le réinvestir, apparaît comme un espace de liberté précieux. Le corps cesse ainsi d'être limité à sa dimension fonctionnelle, à la seule question de l'hygiène : « Cela aide les soignants à porter un autre regard sur l'humain. »



À Gennevilliers, dans un club de recherche d'emploi, les candidats jouent avec les couleurs à la recherche de ce qui les mettra le mieux en valeur.

Sylvie Marini connaît bien la grande exclusion. « Dans ce cadre, il ne s'agit pas de vouloir transformer la personne, mais de travailler à partir de son parcours, de l'aider à s'occuper d'elle autrement, même si c'est dur, quand on vit dans la rue, de se réapproprier son corps grâce à des soins. Cela peut aussi être une passerelle pour une meilleure prise en charge de la santé », témoigne la socio-esthéticienne. Venir se détendre, parler du corps, d'hygiène, de prévention, dans un atelier, encourage certains à prendre de la distance par rapport au quotidien. Il arrive souvent qu'elle oriente ces personnes vers des professionnels de santé. « Si on souffre du dos ou si on respire mal et que l'on ne s'en occupe pas, venir se relaxer est un non-sens », insiste-t-elle. Conseiller sur des soins de peau, enseigner à avoir bonne mine grâce à un maquillage adapté, effacer des marques de violence (traces de coups, d'injection...), restaurer une bonne image de soi, telles sont les multiples fonctions de Syl-

vie Marini, qui organise aussi des ateliers de fabrication de produits, travaille sur la posture, transmet des techniques d'automassage destinées à réduire le stress. Son but est de rendre le maximum d'autonomie à ces personnes. Lorsqu'une relation de confiance s'installe, la socio-esthéticienne constate un certain lâcher-prise. Pour autant, « le rapport au corps est souvent très compliqué. Avancer à petits pas est capital. Avant de toucher quelqu'un, on fait des exercices pour bouger le corps, on repère les tensions, on décontracte une zone, puis une autre, etc. ».

L'ART DU TOUCHER

Entrer en contact avec ce corps qui a été malmené, meurtri, nécessite un réel savoir-faire et de fortes qualités humaines. « Il faut savoir établir une relation, acquérir un vrai sens de l'observation, sentir les limites de la personne, respecter son refus d'être touchée, pouvoir



« J'ai assisté, hier, à mon premier atelier d'esthétique, au centre Emmaüs où je suis hébergée.

Je tenais à y participer car je sais que ça fait du bien de s'occuper de soi. C'est important de prendre soin de son corps. En Afrique, j'allais tous les mois dans un salon, mais, ici, je n'en ai pas les moyens. Tout m'a plu dans l'atelier. L'esthéticienne est charmante et elle aime son travail. Avec le groupe, nous avons aussi pu causer de tout et de rien, c'était convivial. À la sortie de l'atelier, je me suis sentie très légère. J'attends la prochaine séance avec impatience, c'est si agréable de se sentir belle ! »

Bamby



« Au centre d'hébergement et de réinsertion sociale, j'ai participé à deux ateliers, dont l'un sur le "soin des pieds". Cet atelier est utile pour les personnes démunies. Ces séances permettent de regagner de la confiance en soi. Quand on est à la rue, les pieds s'abîment. Pourtant, ils portent le corps. Depuis que je souffre de polyarthrite rhumatoïde, je constate combien ils sont essentiels. Pour moi, cela a vraiment été nécessaire. Ce n'était pas un luxe, mais une question de santé. »
Marie-Eugénie

lui proposer un massage habillé... », explique Sonia Delot qui, ayant exercé auprès de SDF, sait combien « le toucher peut améliorer l'estime de soi des exclus ». Ce savoir-faire, le chercheur Arnaud Aubert, qui s'intéresse aux émotions positives, le reconnaît. « La socio-esthétique a une sphère d'action propre, qu'il faut valoriser, car le toucher n'est pas neutre. Quand une personne permet de la toucher, elle fait entrer l'autre dans son intimité. On est là dans des aspects émotionnels et affectifs très particuliers », expose-t-il, plaidant pour la reconnaissance de ce métier. C'est d'ailleurs sa spécificité qui permet à Delphine Zadra d'intervenir dans la région de Saint-Étienne, dans la Loire, auprès des femmes hébergées par SOS

Violences conjugales 42. Une ou deux fois par mois, la socio-esthéticienne leur dispense des soins en longues séances individuelles. Au fil du temps, un suivi personnalisé peut s'installer et des progrès se font jour.

LE DROIT D'ÊTRE BELLE

Ainsi, se souvient-elle, « Je suis intervenue auprès d'une femme angoissée, atteinte par des crises de panique. Elle avait peur d'être allongée, d'être touchée, elle était nouée. Elle avait subi des choses très dures. J'ai travaillé avec elle sur la respiration, la relaxation. De temps en temps, elle pleurait, c'était difficile, mais ça l'apaisait. Elle avait un problème de

mémoire du corps. » Delphine Zadra a pu ensuite l'orienter vers un ostéopathe pour approfondir le travail. Directrice de SOS Violences conjugales 42, Michèle Perrin juge la socio-esthétique d'une grande richesse pour ces femmes dont le corps a été abîmé par les coups ou négligé du fait des violences psychologiques subies. « Dévalorisées, elles ne s'occupaient plus d'elles, n'avaient plus le goût de vivre, ne consultaient plus de médecin. Pendant des séances, elles s'accordent du temps, se font du bien, s'accordent le droit d'être belles. C'est très intéressant de pouvoir renouer avec soi quand on a été rabaissé, insulté, blessé. Cela permet de retrouver de la confiance, petit à petit de reprendre ainsi sa vie en main », assure-t-elle. Par cette approche bienveillante, les femmes redécouvrent que « le toucher peut être doux, voire agréable », constate Delphine Zadra. Autant de bienfaits dont les personnes hébergées témoignent. L'une avoue ainsi qu'elle « avait oublié son visage », une autre que les soins lui ont « redonné de l'élan », une autre encore que la socio-esthétique lui a permis de « prendre conscience physiquement que le monde n'est pas que violence ». *Florence Raynal*
Photos Olivier Pasquiers / le bar Floréal.photographie