

## Témoignages

### Zélie GRENIER - Socio-Esthéticienne

#### Service psychiatrique adultes

*Jeune femme qui est ravie d'apprendre qu'elle aura des ateliers socio esthétiques dans sa prise en charge à l'HDJ. Coquette, elle a perdu toutes habitudes de soin et souffre d'agoraphobie. Sortir de chez elle pour se déplacer à nous est déjà un grand pas pour elle, elle est souvent anxieuse en arrivant. C'est sa 3ème séance en binôme avec une autre patiente avec qui elle s'entend bien. Au fur et à mesure des ateliers, des échanges, des conseils, et grâce aux différents soins effectués (soins des mains, visage, maquillage) elle retrouve le sourire, elle se détend, elle passe un moment de 2h sans angoisse. L'objectif est de ritualiser les soins à domicile. Elle diffuse désormais des huiles essentielles pour l'aider à s'endormir, également le matin pour l'encourager à sortir de chez elle. Elle associe une pièce à une odeur, un moment à une odeur, ce qui l'aide à ritualiser ses journées. Elle retrouve ses habitudes de soins, ce qui lui redonne confiance en elle.*

#### Service psychiatrique TCA mineurs

*Jeune fille souffrant d'anorexie pris en charge en HDJ. Elle se confie avec moi facilement et est très ouverte d'esprit ce qui facilite la prise en charge. Elle souhaite commencer par un soin du visage dans un premier temps, nous échangeons sur sa peau. Lors du modelage relaxant du visage, du cou, du décolleté, des épaules, je la sens très tendu dans un premier temps puis au fur et à mesure elle se relaxe, elle s'apaise. A la fin du soin, elle m'explique que c'était de bonnes sensations, et que la prochaine fois elle se sent prête à essayer le corps. Plus tard, elle est ravie de m'expliquer sa nouvelle routine visage quotidienne. Elle se déshabille pour le massage relaxant du corps, intimidé mais souriante, elle a l'air de se sentir en confiance et d'être contente de passer un cap. Elle souhaite commencer par les jambes, une zone qu'elle déteste regarder ou toucher. Des manœuvres lente, relaxante mais assez appuyer, et surtout enveloppante. Nous continuons les massages relaxant au fur et mesure des séances jusqu'à la dernière, elle était en demande à chaque fois. Pour le massage du dos elle a pu lâcher prise jusqu'à s'endormir, sans visualisation, sans calculer le moment ou le temps. Elle a apprécié que les séances se passent le lundi matin, lendemain de week-end parfois difficile, et encourageant pour la semaine. Elle est déjà passée par l'infirmerie avant, je suis la première médiation de la semaine. Elle s'est sentie apaisé dans la pièce tamisée, avec la musique douce et une ambiance olfactive relaxante. Elle a su mettre de côté les pensées négatives durant les séances. (famille, scolarité, prise en charge médical (pesée, complément...)) Cette patiente a toute de suite adhéree à la prise en charge Socio-Esthétique, elle a réussi à être dans la volonté pour son propre mieux-être et a accepter les compliments de ses progrès.*

1

*Jeune fille majeure étrangère que je suis depuis mon arrivée dans le service. Les soignants m'ont tout de suite conseillé d'aller la voir : elle est très douloureuse à cause du traitement long et fatiguant, les effets secondaires sont multiples, et les annonces négatives s'enchainent. L'épreuve est d'autant plus difficile qu'elle est loin de sa famille. Physiquement, elle gonfle avec la morphine. Nous arrivons à nous comprendre malgré la barrière de la langue. Pour lui redonner le sourire, nous faisons plusieurs séances de soin des mains avec vernis à ongles traitant et pose de stickers et paillettes à sa demande. Visiblement très coquette, elle est ravie, et le lien se crée facilement. Peu à peu elle se confie. Très manuelle, elle aime décorer sa chambre, créer des bijoux, des sacs, elle prend toujours plaisir à présenter ses nouvelles créations. Un regard ou un mot suffisent de cette jeune pour comprendre qu'elle a besoin d'un soin. Ce qui semble lui faire le plus de bien est le massage relaxant : elle parvient à vivre pleinement ce moment de bien-être et à lâcher prise. Au bout, de quelques minutes, je sens sa respiration changer, elle s'endort, je glisse délicatement son plaid contre sa peau, et je m'éclipse sans un bruit de la chambre. »*

2

*Jeune femme mineure qui vit très mal la perte de ses cheveux et de ses sourcils, ainsi que ses ongles abîmés. Au départ, la communication était difficile, il fallait la consoler. Au fil des séances, elle s'est ouverte à moi, a appris à accepter son crane nu. Elle a même accepté que je lui masse le cuir chevelu, chose inimaginable en début de prise en charge. Elle apprend à accepter les effets visibles des traitements, elle demande à redessiner légèrement la ligne du sourcil : elle retrouve alors son regard, se regarde d'une meilleure manière, semble se retrouver dans le miroir. Pour sa mère, très présente à ses côtés, ma présence lui offre une pause : elle peut alors passer du temps en dehors de la chambre.*

JEUNES PLACES EN FOYERS

*Les séances ont lieu normalement en collectif. Cependant, il m'est arrivé de proposer des séances individuelles quand le besoin se fait sentir.*

*Maintenant que je connais mieux les jeunes, et qu'ils connaissent mieux les soins de Socio-Esthétique, je mène l'atelier en leur laissant de plus en plus d'autonomie. Chacun décide de ce qu'elle souhaite faire. Je les aiguille, les conseille, surtout au sujet de l'hygiène. Par exemple pour une beauté des pieds, je propose plusieurs senteurs de bain relaxant, le jeune remplit sa bassine, s'installe, fait son soin sous mes conseils. J'interviens pour faire une belle pose de vernis ou un massage relaxant des pieds par exemple, mais en dehors de ces gestes, ils prennent soin d'eux, eux-mêmes. Idem pour le soin du visage, des mains, des cheveux. Il est important que je m'accorde avec les éducateurs, pour que les tâches et les devoirs des jeunes soient terminés avant ce moment soin. L'idée est que chacun puisse passer un moment agréable dans cette pièce tamisée avec une ambiance olfactive apaisante, qu'elle puisse se démaquiller, nettoyer le visage, appliquer ses crèmes après la douche, venir se détendre en pyjama avant le coucher et lâcher prise pour mieux dormir.*