
RAPPORT
D'ACTIVITÉ
2018 - 2019



*La Douce Parenthèse
d'Amandine*

Le plus grand secret pour le bonheur, c'est d'être bien avec soi.

Bernard Fontenelle

EDITO



VOILÀ la quatrième année qui s'achève. Et quelle année !

Tout d'abord le démarrage en Septembre 2018. Il a été rendu possible grâce à Mélanie Garnier qui a pu me remplacer jusqu'à fin Décembre 2018, pendant que je bénéficiais de mon congé maternité. Cette dernière, diplômée du CODES depuis Juillet 2018 a assuré les prestations dans l'ensemble des structures partenaires durant cette période.

Il y a ensuite eu le changement du statut juridique et du nom d'entreprise en 2019. En effet, je travaillais depuis Octobre 2014 comme salariée indépendant d'une entreprise de portage salarial sous le nom DOUCE PARENTHÈSE. C'est désormais comme entreprise individuelle, dénommée LA DOUCE PARENTHÈSE D'AMANDINE, que j'interviendrai dans les structure et à domicile puisque l'ancien statut ne me le permettait pas.

L'année 2018-2019 fût riche en projets. Certains se sont mis en place fin 2019 à l'image d'un partenariat avec le Centre Hospitalier de Laval. La rentrée 2019, quant à elle, s'annonce pleine de nouveautés avec notamment la mise en place d'ateliers à La Ligue Contre le Cancer et de nouveaux partenariats avec des structures accueillants des publics différents de ceux déjà accompagnés.

N'oublions pas les structures qui réitèrent leurs engagements pour des projets socio-esthétiques ponctuels mais renouvelés régulièrement : Le Nymphéa, la Maison de Quartier du Pavement, la Maison Familiale et Rurale de l'Oudon et la CARSAT (Caisse d' Assurance Retraite et Santé au Travail).

Le déroulement 2019/2020 sera sans doute chargé puisque l'activité fêtera ses 5 ans et beaucoup de projets s'y inscriront au fil du temps pour promouvoir, développer et enrichir l'activité proposée par La Douce Parenthèse d'Amandine.

Amandine HIRON

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Amandine HIRON', with a long horizontal line extending to the right.



SOMMAIRE

Bilan général	4 - 5
La Ligue Contre le Cancer • Laval (53)	6
Centre Hospitalier Général • Laval (53)	7
Centre Hospitalier du Haut Anjou • Château-Gontier (53)	8
Centre Hospitalier Local • Evron (53)	9
Foyer Résidence pour Personnes Âgées • Mayenne (53)	10 - 11
La Citadelle • Laval (53)	12 - 13
Foyer Jeunes Travailleurs Le Nymphéa • Evron (53)	14
Caisse d'Assurance Retraite et Santé Au Travail • Laval (53)	15
Maison de Quartier Le Pavement • Laval (53)	16 - 17
Maison Familiale et Rurale de L'Oudon • Craon (53)	18
Séances à domicile	19
Salon du Printemps • Evron (53)	20
Revue de presses	21 - 23

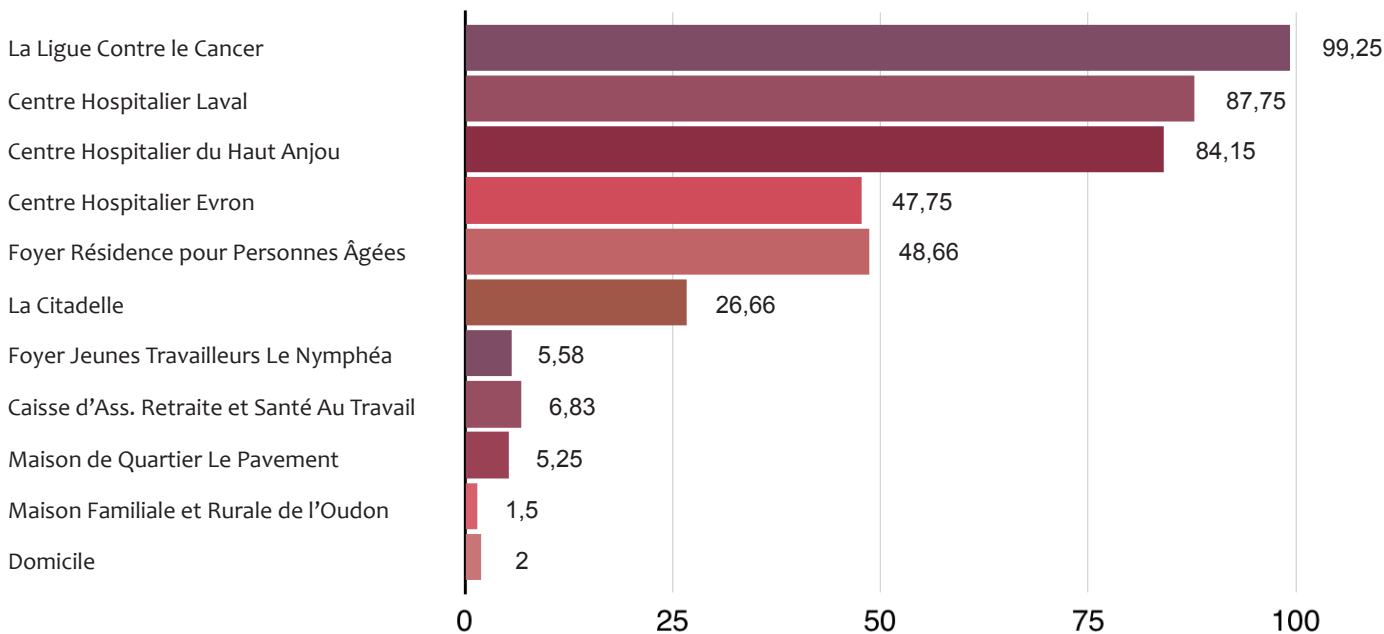
PÉRIODE DU 28 AOÛT 2018 AU 29 AOÛT 2019

Structures d'interventions :	10	Cours-Présentation :	1
Stand :	1	Séances collectives :	41
Séances individuelles :	208	Heures facturées :	404h30

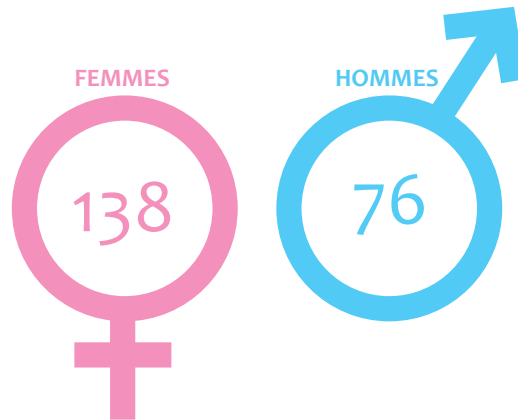
Temps réel de présence en structure :	424h30	→	Moyenne horaire mensuelle :	38h35
Temps de trajet total :	201h46	→	Moyenne horaire mensuelle :	15h10



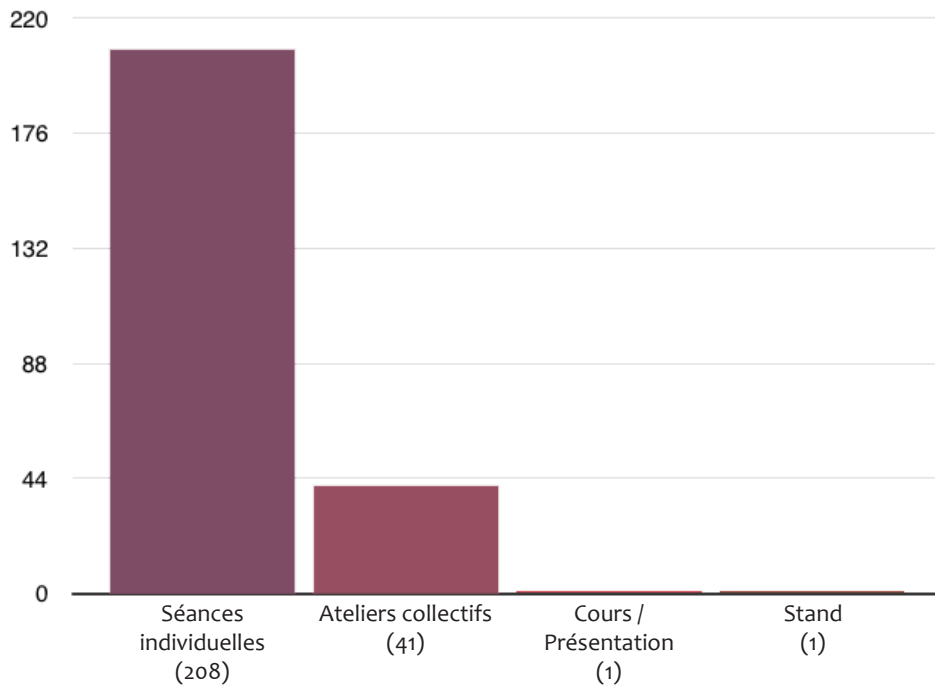
Répartition des structures (en heures) :



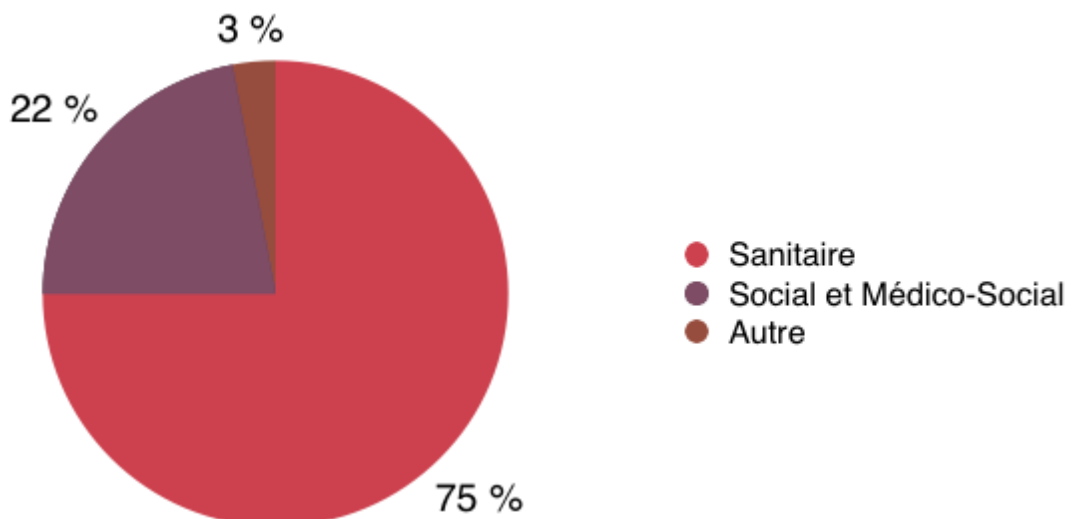
Nombre de bénéficiaires:



Activités :



Répartition du temps en sanitaire et social :



PÉRIODE DU 14 SEPTEMBRE 2018 AU 28 JUIN 2019

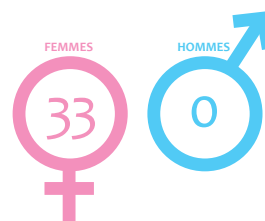
TYPE	Séances individuelles
PUBLIC	Personnes touchées par un cancer
OBJECTIF	Prise en soin des effets secondaires externes des traitements anticancéreux, travail sur l'image de soi et la revalorisation de soi

Nombre de séances : 36
 Heures effectuées : 99h15
 Nombre de rendez-vous réalisés : 113
 Moyenne horaire par rendez-vous : 0h52

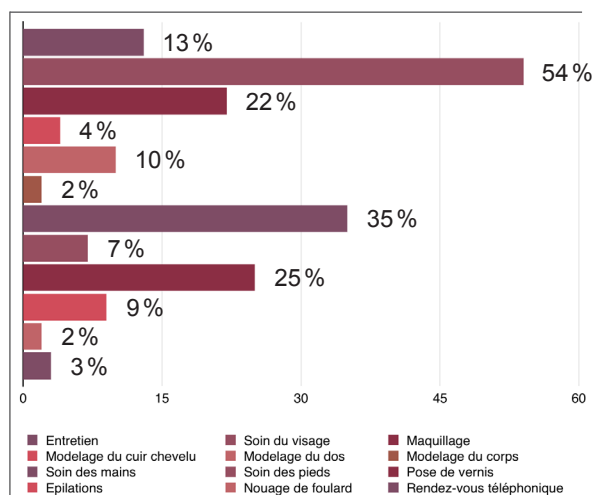
Temps total de trajet : 40h50
 Moyenne horaire hebdomadaire : 2h45
 Nombre de rendez-vous « annulés » : 42

Nombre de bénéficiaires :

- 5 ABSENCES :
- 3 jours de fermetures annuelles
- 1 jour de congé annuel
- 1 arrêt maladie



Activités:



Renouvelé en 2019-2020

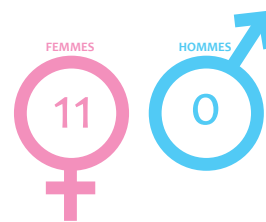
PÉRIODE DU 4 JUIN 2019 AU 28 AOÛT 2019

TYPE	Séances individuelles
PUBLIC	Patients hospitalisés en soins palliatifs (suivis par l'EMSP)
OBJECTIF	Soins de confort et de détente, revalorisation de l'image de soi

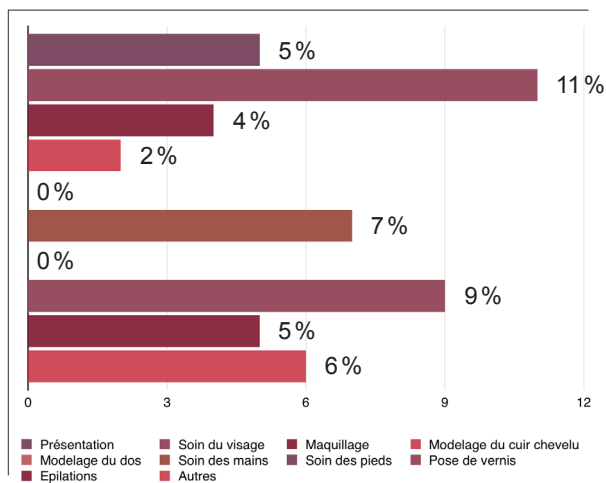
Nombre de séances :	24	Heures réalisées en soins :	20h15
Heures effectuées :	87h45	Moyenne horaire hebdomadaire :	7h19
Nombre de rendez-vous réalisés :	27	Nombre de rendez-vous « annulés » :	2
Moyenne horaire par rendez-vous :	0h45	Temps total de trajet :	26h25
RDV à l'EMSP :	1	RDV domicile :	9
RDV CH Laval :	13	RDV autres établissement :	3

- 2 ABSENCES :
- 2 jours de congés annuels

Nombre de bénéficiaires :



Activités:



Renouvelable en 2020

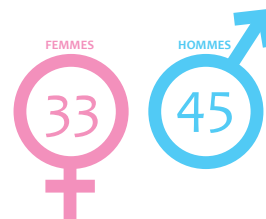
PÉRIODE DU 28 AOÛT 2018 AU 26 AOÛT 2019

TYPE	Séances individuelles
PUBLIC	Patients hospitalisés en soins palliatifs (services SSR et CSG)
OBJECTIF	Soins de confort et de détente, revalorisation de l'image de soi

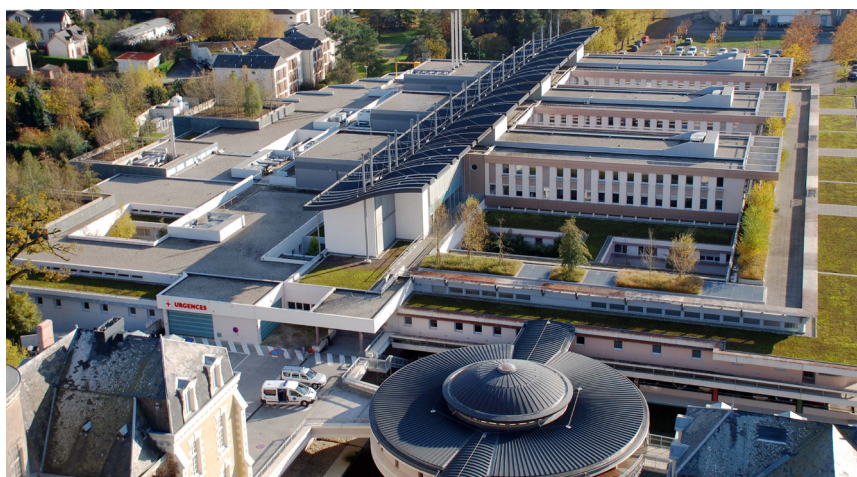
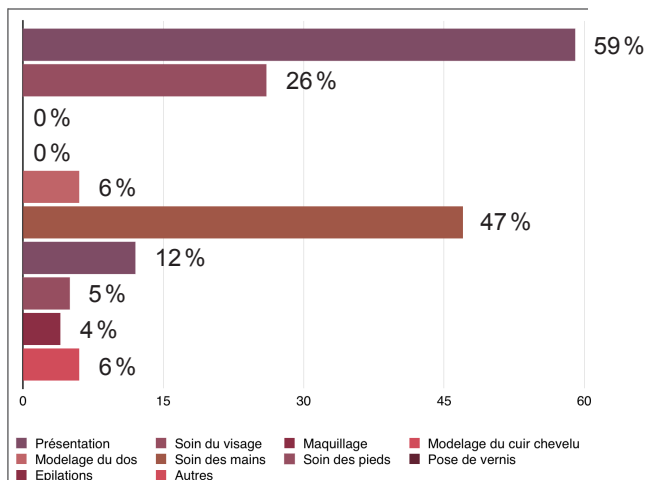
Nombre de séances :	43	Heures réalisées en soins :	66h00
Heures effectuées :	82h30	Moyenne horaire hebdomadaire :	1h33
Nombre de rendez-vous réalisés :	111	Nombre de rendez-vous « annulés » :	88
Moyenne horaire par rendez-vous :	0h34	Temps total de trajet :	57h20

- 6 ABSENCES :
- 3 jours de congés annuels
- 2 jours fériés
- 1 arrêt maladie

Nombre de bénéficiaires :



Activités:



Renouvelable en 2020

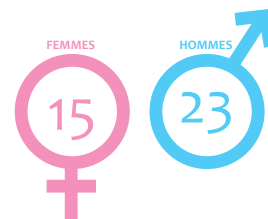
PÉRIODE DU 30 AOÛT 2018 AU 29 AOÛT 2019

TYPE	Séances individuelles
PUBLIC	Patients hospitalisés en soins palliatifs
OBJECTIF	Soins de confort et de détente, revalorisation de l'image de soi

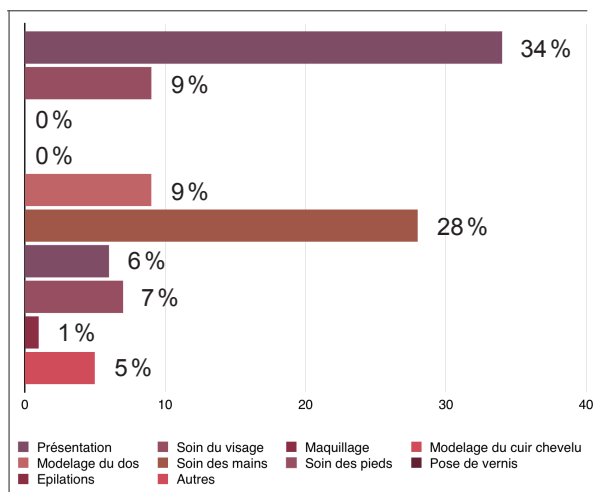
Nombre de séances :	41	Heures réalisées en soins :	31h25
Heures effectuées :	45h45	Moyenne horaire hebdomadaire :	1h10
Nombre de rendez-vous réalisés :	123	Nombre de rendez-vous « annulés » :	67
Moyenne horaire par rendez-vous :	0h33	Temps total de trajet :	8h10

- 4 ABSENCES :
- 1 jour de congé annuel
- 1 arrêt maladie
- 2 jours fériés

Nombre de bénéficiaires :



Activités :

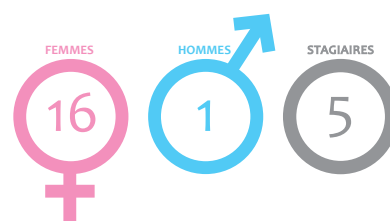


PÉRIODE DU 18 SEPTEMBRE 2018 AU 20 AOÛT 2019

TYPE	Séances collectives
PUBLIC	Personnes âgées
OBJECTIF	Créer du lien social, apporter du bien-être

Nombre de séances : 24
 Heures de présence : 48h40
 Heures effectuées en atelier : 36h40
 Participation moyenne : 8
 Temps total de trajet : 26h25

Nombre de bénéficiaires :



<i>Atelier n°1</i>	Soin des mains	-	10 personnes	18/09/2018
<i>Atelier n°2</i>	Fabrication de balles déstressantes et gommage des mains	-	7 personnes	02/10/2018
<i>Atelier n°3</i>	Soin du visage classique	-	7 personnes	09/10/2018
<i>Atelier n°4</i>	Mise en beauté	-	7 personnes	30/10/2018
<i>Atelier n°5</i>	Soin des pieds	-	5 personnes	13/11/2018
<i>Atelier n°6</i>	Soin des mains	-	5 personnes	27/11/2018
<i>Atelier n°7</i>	Soin du visage classique	-	4 personnes	04/12/2018
<i>Atelier n°8</i>	Soin des mains	-	9 personnes	08/01/2019
<i>Atelier n°9</i>	Soin du visage culinaire	-	4 personnes	22/01/2019
<i>Atelier n°10</i>	Olfaction	-	8 personnes	05/02/2019
<i>Atelier n°11</i>	Colorimétrie (partie 1)	-	8 personnes	19/02/2019
<i>Atelier n°12</i>	Colorimétrie (partie 2)	-	8 personnes	05/03/2019
<i>Atelier n°13</i>	Fabrication de produits ménagers	-	5 personnes	19/03/2019
<i>Atelier n°14</i>	Conseil en image (colorimétrie, harmonie des couleurs)	-	11 personnes	02/04/2019
<i>Atelier n°15</i>	Conseil en image (morpho-style, vigagisme)	-	4 personnes	16/04/2019
<i>Atelier n°16</i>	Prévention solaire	-	6 personnes	30/04/2019
<i>Atelier n°17</i>	Mise en beauté	-	5 personnes	14/05/2019
<i>Atelier n°18</i>	Fabrication d'un baume à lèvres et d'un sérum pour les yeux	-	5 personnes	04/06/2019
<i>Atelier n°19</i>	Soin des mains	-	6 personnes	11/06/2019
<i>Atelier n°20</i>	Fabrication de balles déstressantes	-	4 personnes	25/06/2019

<i>Atelier n°21</i>	Fabrication d'une crème visage et d'un parfum solide	-	6 personnes	09/07/2019
<i>Atelier n°22</i>	Soin du visage classique	-	4 personnes	23/07/2019
<i>Atelier n°23</i>	Soin des pieds et parcours sensoriel	-	4 personnes	06/08/2019
<i>Atelier n°24</i>	Fabrication de produits ménagers	-	3 personnes	20/08/2019

Témoignages :

« Super voyage sensoriel ! A continuer... » *Mme H. - 5 Février 2019*

« Très très bien, à refaire plus souvent. » *Mme C. - 19 Mars 2019*

« Atelier intéressant. On a toujours à apprendre ! » *Mme L. - 2 Avril 2019*

« Intéressant, avec des surprises sur certains à priori. » *Mme E. - 30 Avril 2019*

« On apprend toujours quelque chose. » *Mme G. - 14 Mai 2019*

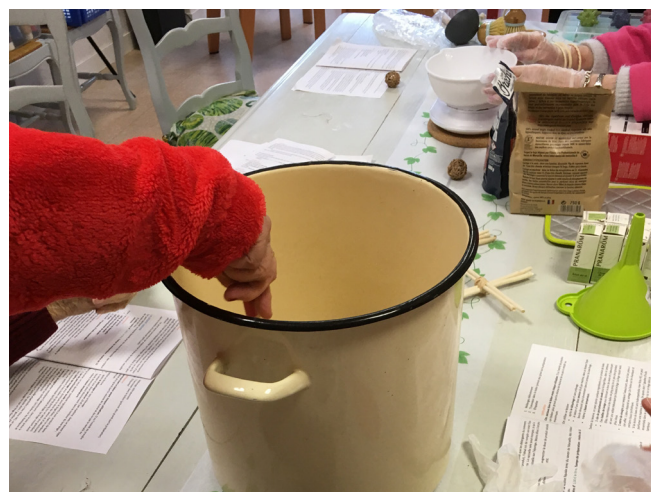
« Fabrication de balles anti-stress très efficaces ! » *Mme E. - 25 Juin 2019*

« C'est agréable de faire sa petite cuisine pour se parfumer et être belle. » *Mme E. - 9 Juillet 2019*

« Séance rafraîchissante pour le bien-être. » *Mme L. - 23 Juillet 2019*

« Soins agréables, confirmant nos propres habitudes plus ou moins suivies donc il faut persévérer. »
Mme E. - 6 Août 2019

« Atelier enrichissant. » *Mme L. - 20 Août 2019*



PÉRIODE DU 25 SEPTEMBRE 2018 AU 18 JUIN 2019

TYPE	Séances collectives
PUBLIC	Femmes victimes de violences conjugales et/ou intrafamiliales
OBJECTIF	Créer du lien social, apporter du bien-être, aborder l'image de soi

Nombre de séances :	10
Heures de présence :	26h40
Heures effectuées en atelier :	20h00
Participation moyenne :	7
Temps total de trajet :	11h20

Nombre de bénéficiaires :



<i>Atelier n°1</i>	Soin des mains	-	5 personnes	25/09/2018
<i>Atelier n°2</i>	Soin du visage classique	-	9 personnes	16/10/2018
<i>Atelier n°3</i>	Mise en beauté	-	6 personnes	20/11/2018
<i>Atelier n°4</i>	Soin des pieds et parcours sensoriel	-	6 personnes	18/12/2018
<i>Atelier n°5</i>	Soin des mains	-	4 personnes	29/01/2019
<i>Atelier n°6</i>	Conseil en image (colorimétrie)	-	5 personnes	26/02/2019
<i>Atelier n°7</i>	Conseil en image (morpho-style, visagisme)	-	9 personnes	26/03/2019
<i>Atelier n°8</i>	Prévention solaire	-	7 personnes	23/04/2019
<i>Atelier n°9</i>	Soin du visage culinaire	-	8 personnes	21/05/2019
<i>Atelier n°10</i>	Mise en beauté	-	6 personnes	18/06/2019

Témoignages :

« Très bon atelier. J'ai beaucoup aimé. Merci beaucoup. » *C, bénéficiaire (femme) - 29 Janvier 2019*

« Atelier très intéressant, surtout avec le fond de musique. Une excellente détente. » *P, bénéficiaire (femme) - 26 Février 2019*

« C'est un moment important pour ne penser qu'à nous. C'est bien de pouvoir avoir les supports pour garder et suivre les conseils donnés. Rien ne doit changer. Cela fait beaucoup de bien, dommage qu'il ne reste que 3 séances. Ça me manquera ! » *P, bénéficiaire (femme) - 26 Mars 2019*

« C'est très ludique avec le jeu et les questions pour revoir si l'on a bien compris le contenu de l'atelier. J'ai appris beaucoup de choses. » *P, bénéficiaire (femme) - 23 Avril 2019*

« Merci beaucoup, pour tout. »

« On s'est régalée, merci beaucoup. Très bon atelier. Très gourmand. »

« Atelier très agréable. »

« Très bon atelier pour s'occuper de soi à moindre prix puisque alimentaire et que l'on a souvent dans les placards. » *Les bénéficiaires (femmes) - 21 Mai 2019*

« Atelier très sympa dans une ambiance détendue avec de la bonne humeur. »

« Apprendre les technique de maquillage c'est super ! Changement d'apparence, donc on se sent bien dans sa peau et dans sa tête. Rien à changer. »

« Merci beaucoup, très bon atelier de maquillage. » *Les bénéficiaires (femmes) - 18 Juin 2019*

« Merci beaucoup. Je me suis retrouvée grâce à vos ateliers et conseils. Bonne vacances et à bientôt ! »

« Je remercie l'animatrice pour son dévouement et ses conseils. Merci aussi à l'équipe de Revivre de permettre le maintien des ateliers. »

« Les ateliers sont toujours très conviviaux. »

« J'ai remis de la couleur dans mes tenues et je me suis remaquillée. Je me sens mieux et plus jolie. Merci ! » *Les bénéficiaires (femmes) - Bilan 2018 / 2019*

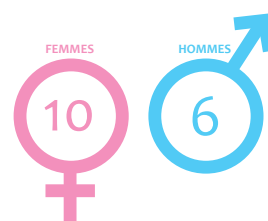


PÉRIODE DU 9 MAI AU 4 JUILLET 2019

TYPE	Séances collectives
PUBLIC	Jeunes résidents du Foyer Jeunes Travailleurs
OBJECTIF	Créer du lien social, apporter du bien-être

Nombre de séances :	3
Heures de présence :	5h35
Heures effectuées en atelier :	3h20
Participation moyenne :	6
Temps total de trajet :	0h36

Nombre de bénéficiaires :



Atelier n°1	Soin des mains	- 6 personnes	09/05/2019
Atelier n°2	Soin du visage	- 8 personnes	06/06/2019
Atelier n°3	Soin des mains	- 6 personnes	04/07/2019

Témoignages :

« J'ai beaucoup aimé l'atelier qui m'a permis de me détendre après le travail. »

« Bonne explication, les résultats sont biens. Cela va m'aider à me poser pour bien prendre soin de mes mains. »

« La peau devient super douce, c'est agréable. J'ai bien aimé et appris de nouvelles choses. »

« C'était super bien, alors que je n'aime pas prendre soin de moi. »

« J'ai bien aimé l'atelier avec Amandine. Cela m'a permis d'apprendre des choses. A refaire ! »

« Comme toujours, j'ai bien aimé l'atelier. Je recommande cette personne pour les séances de soin car j'ai toujours apprécié les ateliers de soin. C'est super sympa, calme et relaxant. De la détente ! »

Les bénéficiaires (femmes) - 9 Mai 2019

« Super bien, merci beaucoup c'est super joli ! » AC. (femme) - 6 Juin 2019

« Très bon accueil, très bonne décoration avec une musique de détente. Bonne documentation, échanges parfaits. »

« J'ai beaucoup aimé le massage donc je souhaiterai le refaire. »

« Bon atelier, j'ai trop aimé ! »

« Très belle décoration, bonne ambiance. Bonne adaptation pour les personnes qui sont en retard. »

Les bénéficiaires (groupe mixte) - 4 Juillet 2019



PÉRIODE DU 23 AU 28 JANVIER 2019

TYPE	Séances collectives
PUBLIC	Femmes en souffrances au travail
OBJECTIF	Créer du lien social, apporter du bien-être, aborder l'image de soi

Nombre de séances :	2
Heures de présence :	6h50
Heures effectuées en atelier :	5h20
Participation moyenne :	8
Temps total de trajet :	1h50

Nombre de bénéficiaires :



<i>Atelier n°1</i>	Conseil en image (colorimétrie)	- 7 personnes	23/01/2019
<i>Atelier n°2</i>	Conseil en image (morpho-style, visagisme)	- 9 personnes	28/01/2019

Témoignages :

« Une aide précieuse par ces temps où l'image prend de plus en plus d'importance. J'espère trouver une aide au problème d'image que la souffrance au travail a fait surgir. Merci. »

« J'ai beaucoup aimé cet atelier. J'y ai appris beaucoup de choses, les harmonies de couleurs en particulier. Je suis vraiment satisfaite. » *Les bénéficiaires (femmes) - 23 Janvier 2019*

« J'ai beaucoup aimé. C'était très intéressant. Vous êtes compréhensive et très professionnelle. »

« Merci pour vos conseils. C'est une séance qui apporte du positif et qui redonne confiance. »

Les bénéficiaires (femmes) - 28 Janvier 2019

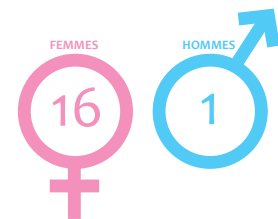


Non renouvelé à ce jour

PÉRIODE DU 17 AU 20 JUIN 2019

TYPE	Séances collectives
PUBLIC	Habitants du quartier Le Pavement
OBJECTIF	Créer du lien social, aborder la santé et le bien-être

Nombre de séances :	2
Heures de présence :	5h15
Heures effectuées en atelier :	4h00
Participation moyenne :	9
Temps total de trajet :	1h50

Nombre de bénéficiaires :

<i>Atelier n°1</i>	Soin des mains et du visage	-	10 personnes	17/06/2019
<i>Atelier n°2</i>	Soin des mains et du visage	-	7 personnes	20/06/2019

Témoignages :

- « J'aimerais bien que vous reveniez l'année prochaine. C'était super! Merci beaucoup. »
- « J'ai très bien aimé prendre soin de moi. »
- « Ça fait du bien de prendre soin de soi. »
- « J'ai apprécié cet atelier. J'ai découvert des produits du quotidien pour le bien-être de ma peau et tout cela à moindre coût. »
- « J'ai adoré l'atelier, super agréable. Très sympa ! »
- « Merci pour cet atelier. Très riche soirée de détente. À renouveler. »
- « J'ai beaucoup aimé cet atelier où j'ai appris beaucoup de choses, simples à réaliser chez soi (avec des produits du quotidien). Présentatrice très gentille avec des explications faciles à comprendre. Bonne ambiance de groupe. A continuer... » *Les bénéficiaires (femmes) - 17 Juin 2019*

« On apprend plein de choses, facile à refaire chez soi, avec des produits simples, peu onéreux et qui sont efficaces. Amandine est super sympathique et explique bien. »

« Amandine est une personne très accueillante, souriante et compétente dans sa présentation. Belle décoration de table qui donne envie de s'asseoir, avec musique de détente en fond. Le matériel utilisé est joli et propre. Amandine connaît son métier et aime le transmettre. Merci beaucoup pour cette séance de bien-être. »

« Merci pour ce bon moment de bien-être. Amandine est au top dans ses explications ! »

« C'était très bien. J'ai bien aimé car on a appris plusieurs choses et qui marchent car on le sent bien sur notre corps. J'ai bien aimé. J'espère qu'il y aura d'autres séances l'année prochaine. Amandine nous a dit qu'elle pouvait changer de thème. » *Les bénéficiaires (groupe mixte) - 20 Juin 2019*



LE 9 AVRIL 2019

TYPE	Cours
PUBLIC	Elèves Bac Professionnel Services aux Personnes et aux Territoires
OBJECTIF	Présentation de la profession

Heures effectuées : 1h30 Nombre d'élèves : 9
 Heures de présence : 2h Temps total de trajet : 1h54

• DÉROULEMENT :

1h00 - Présentation de la socio-esthétique
 0h30 - Echanges

Témoignages :

« Intervention, très intéressante où j'ai appris beaucoup de choses. »

« L'intervenante a très bien expliqué, j'ai pu comprendre le métier de socio-esthéticienne. »

« C'est un bonne approche des différents publics. »

« Cette intervention était intéressante, j'ai découvert ce métier que je ne connaissais pas, là où Mme Hiron peut intervenir pour faire de la socio-esthétique. »

« C'était intéressant. Pour ce qui est des explications, c'était très bien expliqué. Je ne connaissais pas le métier et l'intervention m'a permis de découvrir un nouveau métier. »

Elèves Bac Pro ASSP - 9 Avril 2019



Renouvelé en 2020

LE 26 AVRIL 2019

LIEU	Mayenne (53)
TEMPS	1h00 en soin
	1h00 de trajet
SOINS RÉALISÉS	Conseils, soin des mains



LE 28 AOÛT 2019

LIEU	Mayenne (53)
TEMPS	1h00 en soin
	1h00 de trajet
SOINS RÉALISÉS	Conseils, modelage du dos

*A propos :*

Depuis le changement de statut je peux intervenir au domicile des personnes. Contrairement aux interventions en structures, celles-ci ne sont pas prises en charge et sont donc payantes pour les personnes qui en bénéficient. Des frais kilométriques sont également ajoutés en fonction du lieu d'habitation du bénéficiaire.

LE 28 AVRIL 2019

TYPE	Stand
PUBLIC	Tout le monde
OBJECTIF	Faire connaître la profession

Heures effectuées : 10h00

A propos :

Pour la deuxième année consécutive, l'association Natha'Line Events, en partenariat avec la Mairie d'Evron et la Communauté de Communes des Coëvrons, a organisé son Salon du Printemps, le dimanche 28 avril 2019 au Hall des Grands Prés à Evron.

Ce salon destiné à la famille, regroupait des créateurs, de commerçants, auto entrepreneurs, VDI, ou associations des Coëvrons et alentours... De nombreux exposants ont représenté leur activité. La journée était ponctuée d'animations : château gonflable, tour en calèche, défilé de mode, démonstrations de danses, mascottes...



Stand La Douce Parenthèse d'Amandine



A côté du stand Ma.Vision

La Douce Parenthèse d'Amandine
est ici !

**Salon de printemps**

Dimanche 28 avril, sourires et bonne humeur étaient au rendez-vous. Pour cette deuxième édition, plus de 1000 visiteurs sont venus rencontrer les commerçants et artisans rassemblés sous le hall des expositions.

*Au coeur des Coëvrons,
édition été 2019*

AVRIL 2019

Une formation en socio-esthétique à la rentrée
Ouest France, édition du 8 Avril 2019

Une formation en socio-esthétique à la rentrée

Cette formation est prévue à l'école Sylvia Terrade. Objectif : apporter du bien-être à une population fragile comme les personnes malades ou encore les femmes et enfants battus, par exemple.

L'idée

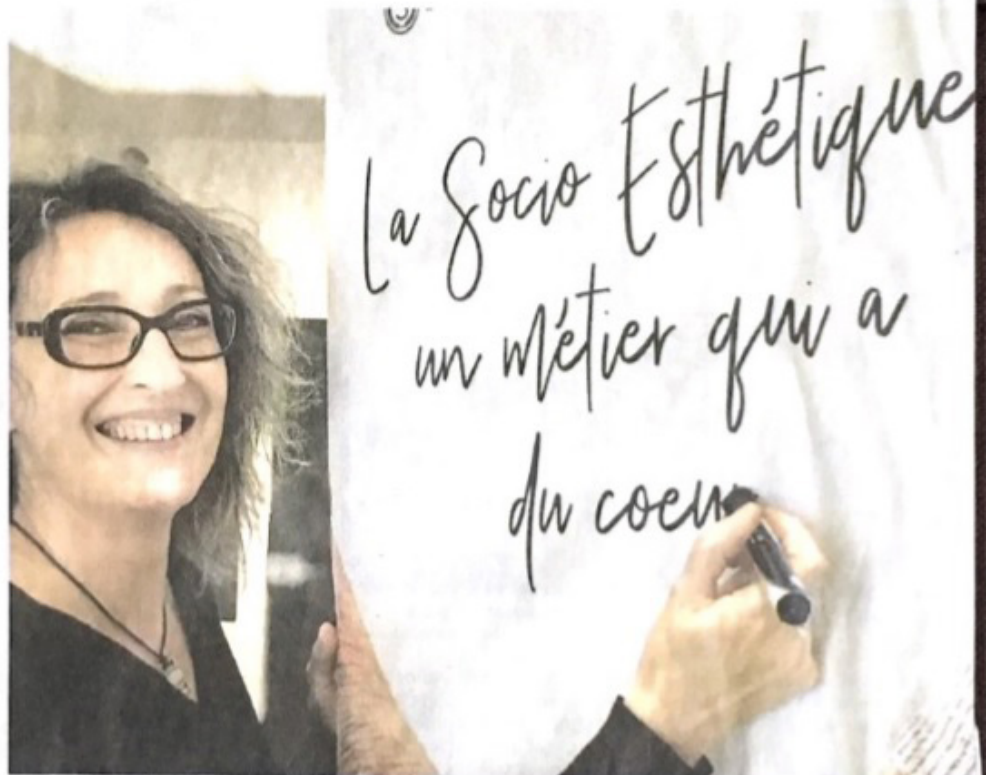
« Depuis l'an dernier, une dizaine de demandes en socio-esthétique ont été formulées pour suivre cette spécialisation à Laval. C'était le moment ou jamais ! » Véronique Martin, la directrice de l'école supérieure d'esthétique et de coiffure Sylvia Terrade, ne doute pas une seconde de l'importance de ce nouveau métier de socio-esthéticienne. « Je suis personnellement convaincue du plus apporté par les modelages relaxants, la réflexologie plantaire, dans le bien-être de résidents en Ehpad (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) ou en milieu hospitalier. Plus largement, cette formation en socio-esthétique vise aussi les personnes malades ou en détresse physique et/ou psychologique comme les femmes battues, par exemple. »

« Rallier le médical, l'esthétisme et le social »

À qui s'adresse cette nouvelle formation ? Pas aux plus jeunes mais à ceux qui veulent compléter leurs diplômes. « Nous la proposons aux adultes soit déjà dans la coiffure ou l'esthétisme, soit aux aides-soignantes et infirmières pour apporter un complément bien-être. »

Reconnu au niveau national, cet apprentissage représentera plus de 500 heures de cours, sans compter les stages. Encore assez méconnues, les socio-esthéticiennes s'inscrivent de plus en plus dans l'air du temps. Apporter du bien-être aux personnes en souffrance n'est pas anodin. C'est un plus à ne pas négliger, comme le souligne Amandine Hiron, la future formatrice à l'institut lavallois.

Cette native d'Évron, 27 ans bientôt, a toujours eu cette envie de « rallier le médical, l'esthétisme et le social » dans sa vie professionnelle. Installée à Évron en 2014, celle qui a été la première socio-esthéticienne de la Mayenne compte des interventions en centres hospitaliers, auprès de femmes victimes de violence, de per-



La directrice de l'école Sylvia-Terrade, Véronique Martin, proposera cette formation dès la rentrée 2019 à Laval.

© ONDRAPHOTO - Ouest-France

sonnes en sevrages diverses, de gens en lien avec la Ligue contre le cancer... « Ma mission est de réapprendre à prendre soin de soi, de son image, confie Amandine Hiron. Je suis aussi intervenue auprès d'enfants ayant subi des violences et qui ne font plus attention à leurs corps car ils le rejettent. Prendre soin de soi peut être un levier pour aller de l'avant. »

Aider à aller mieux

Dépasser le côté un peu superficiel de l'esthétisme pur a toujours été un moteur pour Amandine Hiron. Aujourd'hui socio-esthéticienne à la

tête de son entreprise baptisée Douce parenthèse, elle reconnaît avoir trouvé le métier dont elle rêvait depuis gamine. « C'est un vrai rôle d'accompagnement, confie la Mayennaise, également sapeur-pompier volontaire. On est dans un véritable échange avec l'autre, parfois secondé par des psychologues, des aides-soignants. Ce n'est plus seulement de la prestation de service. » Et c'est ce qu'elle apprécie.

Ce métier « encore tout nouveau » s'exerce soit en solo, soit par le biais d'interventions auprès d'associations. Pour Amandine Hiron, qui sera la première formatrice en socio-esthé-

tisme à la rentrée à l'école de Laval, l'essence même de la socio-esthétique, c'est bien d'apporter « un soupçon de bonheur aux gens dans les moments les plus difficiles. On ne fait pas disparaître la douleur, morale ou physique, mais on aide à aller mieux. »

Virginie PACAUD.

Renseignements sur la formation socio-esthétique du groupe Sylvia Terrade au 38, rue de Paris. Tél. 02 43 53 30 81 et par mail lavel@groupe-terrade.com

A propos :

Suite à ma prise de position, concernant l'obligation d'avoir un diplôme d'Etat en esthétique pour entrer en formation socio-esthétique (loi du 5 juillet 1996, qui inscrit comme illégale la pratique du métier sans diplôme d'Etat), le groupe Sylvia Terrade n'a pas voulu poursuivre la collaboration.

AVRIL 2019

Socio-esthéticienne, un métier méconnu
Ouest France, édition du 25 Avril 2019

Les Coëvrans

Socio-esthéticienne, un métier méconnu

Évron (Châtres-la-Forêt) — Amandine Hiron et Mélanie Garnier sont les deux seules socio-esthéticiennes du département. Elles soignent les corps meurtris et épaulent les personnes fragilisées.

Entretien

Amandine Hiron, originaire d'Évron, première à exercer la profession en Mayenne depuis 2014, et **Mélanie Garnier**, originaire de Laval, certifiée depuis juin 2018.

Qu'est-ce que la socio-esthétique ?

Mélanie Garnier : C'est une méthode d'accompagnement et de réhabilitation des personnes fragilisées par la vie : atteintes physiquement (maladie, handicap...), psychologiquement ou victimes de détresses sociales (chômage, détention...).

Notre démarche est axée sur le fait de prendre soin de soi et notre pratique est fondée sur une approche corporelle globale. Ce n'est pas juste l'application de soins esthétiques traditionnels.

Où intervenez-vous ?

Amandine Hiron : À la base, la socio-esthétique s'inscrit dans les projets d'établissements ou associatifs où nous sommes un maillon de la chaîne. Depuis peu, nous avons aussi le statut pour accompagner les particuliers, le plus souvent à la demande des familles.

On propose des séances individuelles ou collectives, du nourrisson jusqu'à la personne âgée, femme ou

homme... À ce jour, je travaille dans les hôpitaux en soins palliatifs et auprès de personnes atteintes de cancer.

Promouvoir la profession est devenu votre cheval de bataille ?

M.G : En effet, bien que la formation existe à Tours depuis 1979, la socio-esthétique est une pratique assez nouvelle en Mayenne. Le principal frein étant le financement.

Les budgets sont limités dans la fonction publique hospitalière et le secteur social. Des organismes extérieurs (Caisse d'allocations familiales, Agence régionale de Santé, Rotary Club et autres fondations...) sont donc sollicités pour des subventions. Il est nécessaire de faire connaître notre activité pour avoir plus de soutien.

Comment devient-on socio-esthéticienne ?

A.H : Comme c'est une spécialisation du métier d'esthéticienne, il est obligatoire d'être diplômée d'État en esthétique. Si ce n'est pas le cas, le CAP peut être préparé en parallèle, par correspondance.

Ensuite, le titre de socio-esthéticienne s'obtient qu'auprès d'organismes reconnus. Jusqu'à présent il fallait aller à Tours pour se former. Dès septembre, l'école Silvy Terrade, à



Amandine Hiron (à gauche) et Mélanie Garnier, socio-esthéticiennes.

(CRÉDIT PHOTO : OUEST FRANCE)

Laval, ouvrira une section socio-esthétique où je serai formatrice.

ce Parenthèse d'Amandine) 06 37 67 03 96. Mélanie G. (Doigts de Fée). Tél. 06 72 78 9

Contacts : Amandine Hiron (La Dou-

AVRIL 2019

Question à... Bernadette Perrot, présidente de la Ligue contre le cancer
Le Courrier de la Mayenne, édition du 25 Avril 2019

QUESTION À...



Bernadette Perrot,
présidente de la Ligue
contre le cancer

Ligue contre le cancer : « 67 000 euros de dons »
La Ligue contre le cancer compte 1 927 adhérents en Mayenne (+134 par rapport à 2018). Le 2 avril, elle tenait son assemblée générale. La présidente, le docteur Perrot, dresse le bilan.

■ **Quelle somme avez-vous pu verser à la recherche en 2018 ?**
Nous avons récolté 67 000 € pour la recherche. Toutes les Ligues observent une baisse d'environ 10% des dons. En Mayenne, nous avons réussi à nous stabiliser. C'est déjà une fierté. Je fais abstraction du legs de 2017, qui avait apporté 300 000 €. L'événement le plus pourvoyeur de dons reste les Foulées d'octobre rose, avec 33 000 euros. Les dons ont permis de financer en partie une recherche, menée au niveau régional sur le cancer du sein. Au niveau national, nous avons participé à des recherches sur le cancer du foie, du colon et de l'adolescent.

■ **Quelles sont vos actions auprès des malades ?**
Notre action de soutien aux malades passe par les ateliers de Myriam. Nous avons proposé en 2018 à une cinquantaine de malades de la gym adaptée, de la rando, des soins socio-esthétique, etc. Nous avons doublé les heures de gym et de rando. Nous avons en projet de créer des ateliers de diététique à Saint-Nicolas à Laval. Cela devrait débiter à la fin de l'année. De l'arthérapie va débiter à Château-Gontier. Nous organisons en mars une randonnée dans le Bois de L'Huisserie, l'objectif est de financer les ateliers.

■ **Vous pouvez aussi apporter une aide financière ?**
La Ligue peut apporter un soutien financier aux malades. Nous avons entre quatre à cinq demandes par mois. En Mayenne, en moyenne, nous avons accordé des aides de 700 euros. Lorsqu'une femme, dans une famille monoparentale, tombe malade, elle n'a plus aucune ressource. Nous demandons une loi pour l'obligation du maintien de salaire en cas de maladie grave. Nous voulons aussi que les APL soient versées en urgence.

Propos recueillis par Q. Lanvierge

JUIN 2019

Une interview a été diffusée du 24 au 29 juin 2019.

France Bleu Mayenne, émission Les Femmes de FBM (portraits de femmes mayennaises) :
« Le métier de socio-esthéticienne »

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2018-2019

La Douce Parenthèse d'Amandine

édité par Amandine Hiron

4, rue du Bagault

53600 Châtres-la-Forêt

Tel : 06.37.67.03.96

E-mail : amandine.hiron@orange.fr

Retrouvez La Douce Parenthèse d'Amandine sur son site :

<http://douce-parenthese.com>

Rédaction : Amandine Hiron

Conception et mise en page : Ma.Vision

Crédits photos : Amandine Hiron