

Une parenthèse de bien-être pour quatre femmes à l'accueil de jour de Dax.



LIEN SOCIAL

03/10/2023

Offrir un moment de détente et de répit durant deux heures à quatre femmes vivant la précarité au quotidien, c'est l'initiative proposée jeudi 28 septembre par Majdouline, auprès de la Croix-Rouge à Dax.

Au programme : soin du visage, masque pour les cheveux, vernis... Un moment pour prendre soin de soi accompagné de petites douceurs.

L'occasion aussi de s'inscrire dans une démarche éco-responsable. Le gommage est réalisé à partir de marc de café et de miel. Le soin du visage est une recette composée de yaourt nature, kiwi et miel.

« Je voulais aussi leur montrer qu'on peut prendre soin de soi avec peu, et pour peu cher.

Qu'il y ait de l'entraide entre elles, les valoriser et qu'elles se sentent autonomes. »

Annabelle, qui vient de se faire vernir les ongles, témoigne :

« Ça fait une pause, beaucoup de bien au moral. On repart plus légère. J'en retire que du positif ! »

Pendant ce temps, Ludivine rince le masque hydratant appliqué sur les cheveux de Sylvie.

En se relevant du bac de rinçage, elle ajoute :

« On n'a plus le temps de s'occuper de soi. Avant, je faisais ça tous les mois. Mais là, ça fait un mois que j'ai été jetée à la rue. Ce qui m'angoisse chaque jour, c'est de ne pas savoir où je vais pouvoir dormir. Cette nuit, j'ai dormi dehors et on m'a volé mes affaires, dont mes médicaments que je dois prendre tous les jours. »

Ludivine, 21 ans, la plus jeune, ajoute qu'elle a le sentiment qu'assez peu de choses sont mises en place pour les femmes seules.

« Il y a toujours une famille ou quelqu'un qui passe avant moi pour un logement. Moi, j'ai pas droit à des ressources, je dors dans ma tente. Ben là, j'ai acheté une bombe lacrymo parce que j'ai peur. »

Car au-delà d'un moment de soin, c'est aussi l'occasion d'échanger sereinement, de se sentir en confiance pour laisser s'échapper ce qu'on a sur le cœur et partager les maux du quotidien.

« À l'accueil de jour, en bas, avec les hommes, on ne sent pas forcément bien. Ce qui nous fait peur, ce sont ceux qui sont alcoolisés. On n'est pas tranquilles pour discuter. On ne se sent pas à l'aise. »

En fin d'après-midi, chacune repart ravie. L'esprit est un peu plus léger, mais avec des sacs d'échantillons remplis.

Majdouline conclut, souriante :

« Je redécouvre ces femmes avec lesquelles j'ai échangé, tissé un lien au fil des jours. Après ce moment, je les vois plus apaisées, moins fermées. »

Ce qu'elle espère pour la suite :

« L'idée serait que ça perdure, que ce ne soit pas juste un événement ponctuel. Et si ce n'est pas moi, je voudrais que d'autres prennent le relais. Quand je vois à quel point elles en ressortent apaisées, c'est émouvant d'assister à ce genre de moment. »

<https://paysdeladour.secours-catholique.org/notre-actualite/une-parenthese-de-bien-etre-pour-4-femmes-laccueil-de-jour-de-dax>