

Midi Libre

Carcassonne - 14 mai 2013 - 10 pages

Un espace "zen" pour en finir avec le stress

La société d'aide à domicile AD Seniors vient d'ouvrir un espace multisensoriel de stimulation. Une nouveauté à Carcassonne.

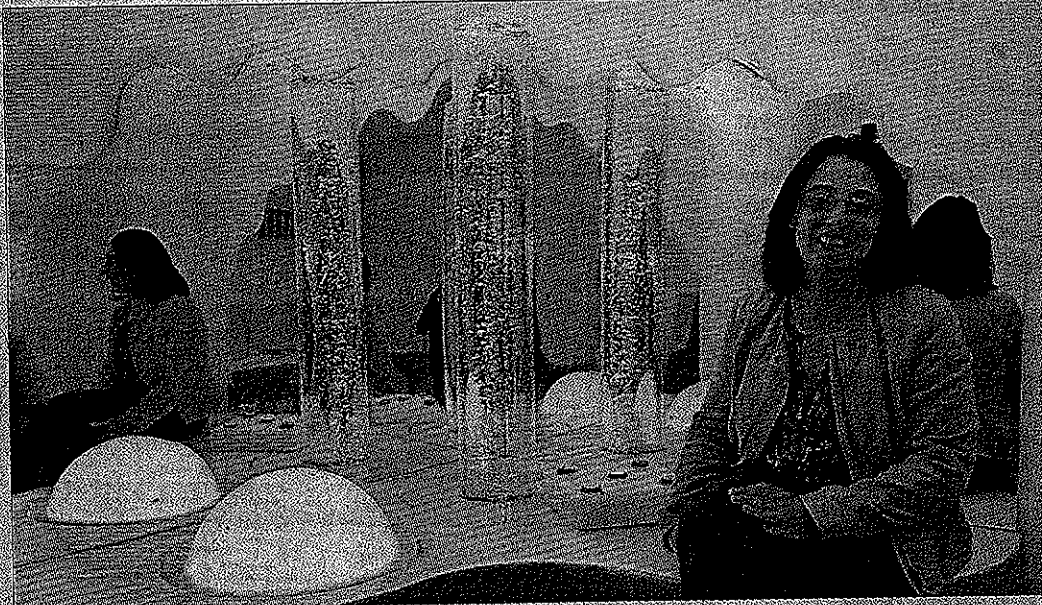
C'est une ambiance "zen". Une petite pièce où tous les sens sont cajolés sur fond de musique douce. C'est un havre de paix, hors du tumulte. « C'est un espace multisensoriel de stimulation selon la méthode Snoezelen », confie Estelle Bastiani, responsable de la société AD Seniors, spécialisée dans l'aide à domicile pour les personnes âgées, les personnes dépendantes.

« Nous avons fait des séances de test, notamment sur des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et c'est très bénéfique », plaide-t-elle.

■ Encadré par des professionnels

Chaque séance d'une heure (45 €) est une immersion dans un univers "hors du temps". Des huiles essentielles pour l'olfactif, des objets pour le toucher, une colonne à bulles et même un lit à eau chauffant pour la relaxation.

« Tout est organisé pour se ressourcer, pour se détres-



Les personnes atteintes d'Alzheimer répondent bien à la séance de « déstressage ».

les sont deux. Elles ont reçu une formation spécifique. L'une est psycho-somatothérapeute, l'autre une auxiliaire de vie qui a une longue expérience », déclare Estelle Bastiani.

Autrement dit, des séances encadrées par des professionnels. Des moments de bien-être pour des personnes atteintes de maladies cognitives, mais aussi pour ceux et celles fatigués

La méthode snoezelen

Lancée au Centre Hartenberg à Ede (Pays-Bas) vers 1974 par Ad Verheul et Jan Hulsegge, le snoezelen est une pratique de stimulation visant à établir une relation personnelle dans un milieu naturel ou non, permettant de vivre une expérience sensorielle subjective et constructive.

sensorielle de la personne stimulée grâce à une relation privilégiée, sécurisante, réduisant les tensions tout en motivant à l'action au service d'une réalisation de son être.

Le terme « snoezelen » est un néologisme résultant de la contraction des mots néerlandais « snuffelen » (sentir) et « ziele » (âme).

amajés vou ansu u