

Tous soins, tout propres, au Point d'Eau

Anciennement à l'Av. de Morges 26 et aujourd'hui installée à l'Av. d'Echallens 123, la Fondation Point d'Eau Lausanne propose depuis plus de 20 ans différentes prestations aux personnes en situation précaire: soins de santé, consultations infirmières, médicales et paramédicales, ainsi que des prestations d'hygiène et d'orientation.



© Françoise Duvoisin

Prendre soin de soi, de ses vêtements, permet d'être à l'aise avec son corps et bien dans sa tête. Pour cela, l'hygiène corporelle est importante au même titre que l'alimentation. Le Point d'Eau met gratuitement à disposition des cabines de douche individuelles, équipées de lavabo, linge, savon et shampoing, kit de rasage, brosse à dent et dentifrice. Contre une rétribution très modique, on peut avoir accès à une buanderie de 8 machines à laver et 10 sècheirs.

Les soins d'hygiène élémentaires, c'est aussi se faire couper les cheveux, soigner sa dentition, ses pieds, sa musculature et articulations contractées. Leurs effets sont non seulement physiologiques, mais aussi psychologiques.

Propos recueillis auprès de Karine, masseuse thérapeutique bénévole

Qui sont vos patient·e·s ?

Ce sont très fréquemment des femmes de ménage qui travaillent énormément, souvent mal rémunérées, des employé·e·s au corps en souffrance liée à leur monde professionnel, au métier très physique. Mais les massages sont aussi destinés aux personnes particulièrement tendues,

stressées et parfois depuis longtemps déconnectées de leur corps. Ces moments de réconfort, de bien-être et de détente permettent de soulager les douleurs, de faire circuler les énergies, d'accéder aux émotions, d'éventuellement en parler. On sait que les douleurs

psychiques se traduisent fréquemment au niveau physique.

Quels types de soins apportez-vous ?

Je traite énormément de douleurs dorsales, lombaires et articulaires. J'ai également une formation en réflexologie, drainage lymphatique et des notions de médecine chinoise. Que je sois dans mon cabinet ou ici au Point d'Eau, je mets autant de cœur dans mes soins et pratique les mêmes techniques. Je ne fais aucune différence. Par contre, au niveau de ma satisfaction personnelle, c'est appréciable et agréable de le faire bénévolement, en faveur de profils très variés, sans lien « commercial » ; je me sens encore plus utile. C'est



© Françoise Duvoisin

enrichissant au niveau relationnel et émotionnel. Le corps parle toutes les langues.

Certaines personnes ont-elles des appréhensions liées au toucher ?

Il y a peu de réticences liées au monde culturel d'origine: elles sont plutôt personnelles. Les femmes ont peut-être plus accès à la conscience de leur corps et à le relâcher, certaines s'endorment même sous l'effet de ce « cocooning » bienvenu. Mais les messieurs s'ouvrent de plus en plus aux massages et leurs bénéfices. Si la gêne devait être un frein, ils peuvent aussi demander à consulter un masseur.

Propos recueillis auprès de Sylvie, podologue retraitée et bénévole

Prendre soin de ses pieds est essentiel, pas une coquetterie ! Souffrir de cors, durillons, mycoses, d'ongles incarnés ou callosités peut provoquer d'autres maux dans la statique du corps, la marche, les mouvements et pour les diabétiques en particulier avoir des conséquences graves sur la santé.

Qui est votre patientèle ici au Point d'Eau ?

Ce sont beaucoup de retraité·e·s qui n'arrivent plus à traiter leurs pieds de manière autonome, des personnes précarisées par les hausses du coût de la vie, des chômeur·euse·s, sans papier, SDF, de 20 à 85 ans. Certains métiers, le manque de soins réguliers, des chaussures mal adaptées provoquent des contraintes douloureuses sur les pieds, et sur tout le corps ! Le public cible est beaucoup plus varié qu'en cabinet. J'aime les voir repartir le pas léger, comme sur un petit nuage.

Françoise Duvoisin