



Le nursing touch, un soin tout en douceur.

Nouveau à **Bordeaux**, le nursing touch, un soin entre modelage et méthode de contact

Soin **Caresse**

Quartier Notre-Dame à Bordeaux. Marion Partat m'attend. Je vais à l'Essentiel, découvrir le nursing touch. Un nouveau soin, entre modelage et méthode de contact. La traduction littérale déconcerte autant qu'elle intrigue : « le toucher » (« touch ») « de l'infirmière » (« nursing »). La pratique est récente, elle vient d'outre-Atlantique, des services de cancérologie américains, qui l'utilisent pour soulager la douleur des malades.

Fondée sur le respect, la tendresse et la compassion, cette approche différente et complémentaire des soins médicaux s'est muée en soin du corps. Le nom est resté. Entre cloisons en papier japonisant, pierres blanches, lumière tamisée et boiseries sombres, la déco mélange les genres. L'endroit est vaste et reposant.

Marion plante le décor : « Cette technique se distingue du massage d'un kinésithérapeute. Il ne s'agit pas d'un acte médical et il n'est pas question de se substituer à un médecin. » Elle parle doucement, sourit beaucoup ; son regard est doux mais assuré. Trente ans seulement et, derrière elle, un parcours classique, avant un virage pied au plancher dans l'univers du bien-être : réflexologie, abhyanga, amma assis. Et nursing touch.

EFFLEURAGE FROTTÉ

Blottie entre deux serviettes-éponges épaisseur XXL, j'attends le début du soin, sereine. La séance débute. Marion Partat travaille essentiellement sur les récepteurs de la peau, pratiquant un effleurage frotté, une série de mouvements doux dans un ordre précis, répétés trois fois, avec la

même pression, le même rythme. « Mon premier mouvement met vos sens en éveil, rend votre corps attentif à mes mains. Le second vous place dans une phase de mémorisation. Le dernier, enfin, vous conduit vers un état profond de relaxation. »

Peu importe que ma nuque soit nouée, mes trapèzes crispés, la technique est structurée, elle suit un trajet, une combinaison, ses pressions sont ordonnées et constantes. Elle cherche la neutralité du geste, la répétition pour mieux affaiblir les défenses et laisser place à l'apaisement moral et physique. Je glisse avec délice dans un état de félicité et de quiétude sans égal.

À PORTÉE DE MAINS DE TOUS

Simple et efficace, le nursing touch est presque à la portée de tous. Facile à apprendre, sans contre-indication, il se pratique sur un large public. Personnes âgées, futures mamans, bébés, enfants... la douceur apportée par le nursing touch réduit les tensions accumulées par les pleurs, les peurs, le stress. Une formidable expérience pleine de quiétude, à portée de mains.

Carmel Serrié

L'Essentiel, 86, rue Notre-Dame, 33000 Bordeaux.
Tél. 06 88 77 43 59. Internet : www.lesessentiel33.com
Tarif : 50 euros la séance d'une heure.

version

femina

SUD OUEST
dimanche

femina.fr

PSY

ET SI ON ESSAYAIT
L'HOMÉOPATHIE ?

VISION

Le me fais la belle
dans le Cantal

RENCONTRE

Corant Deutsch
donne un coup de jeune
Shakespeare

MODE

ciel, mon marine !

BEAUTÉ

STELLE LEFÉBURE, MANNEQUIN, ÉGÉRIE,
COMÉDIENNE, MAMAN... TOUJOURS AUTOP

semaine du 19 au 25 septembre 2011

ROMANS MIEUX QUE LES ANTIDÉPRESSEURS

TENDANCE Pin-pon ! revoilà le pompon



24 pages
sur la région
sud-ouest

Cahier central