

LES CAHIERS  
DE LA FONDATION

Challenge n°3

---

# BEAUTÉ & PRÉCARITÉ

QUEL IMPACT DES SOINS DE BEAUTÉ  
ET DE BIEN-ÊTRE SUR LES FEMMES  
EN SITUATION DE PRÉCARITÉ ?



Rien n'est moins accessoire que la beauté. Depuis des siècles, les femmes utilisent des produits de beauté, qu'ils prennent la forme de poudres de pierres semi-précieuses mélangées à de la cire d'abeille ou de poudre d'antimoine, l'ancêtre du mascara. La beauté est utile, indispensable et nécessaire. Elle répond à un enjeu d'estime de soi et d'appropriation du corps. Cela est aussi valable pour les femmes en situation d'extrême précarité.

De la même manière qu'elles sont plus affectées par les inégalités professionnelles, les maltraitances de genre ou le mal-logement, les femmes en situation de précarité ou d'isolement souffrent, quand elles n'ont plus les moyens ou le temps de prendre soin d'elles, de violences symboliques incessantes et d'une perte dramatique d'estime d'elles-mêmes. Dès lors, 95% des femmes interrogées par l'association Joséphine, un réseau de salons solidaires favorisant l'insertion sociale et professionnelle, affirment, sans équivoque, que la beauté est essentielle.

Plusieurs associations de terrain mènent déjà un travail remarquable, en offrant au quotidien des soins aux femmes en situation économique et sociale difficile. L'effet est profond : lorsqu'elles reçoivent des soins esthétiques, 94 % des femmes disent oublier leur précarité et s'extraire des rigueurs du quotidien. Près de sept femmes sur dix estiment que cela les encourage également dans leurs démarches professionnelles.

Le travail des professionnels de la socio-esthétique et de la socio-coiffure qui œuvrent aux côtés de toutes les femmes doit être encouragé. En luttant contre un sentiment d'exclusion ou de honte, ils participent à changer le regard des femmes sur elles-mêmes, à leur redonner confiance en elles, mais aussi à favoriser leur inclusion sociale et professionnelle.

En 2019, le New York Times demanda à un groupe d'artistes, de scientifiques, d'écrivains et de penseurs pourquoi la beauté, quelle que soit sa définition, est-elle si importante dans nos vies. L'écrivain italo-turc André Aciman a répondu : " C'est ce que la vie a de mieux à offrir. "

La beauté peut être réparatrice et émancipatrice. C'est pour faire le point sur ce sujet trop souvent négligé et analyser des études sur l'impact des soins de beauté et de bien-être prodigués à des personnes en précarité que la Fondation L'Oréal a réalisé ce cahier *Beauté & Précarité*.

**Alexandra Palf**

*Directrice Générale de la Fondation L'Oréal*

## À PROPOS DU CAHIER

Les soins de beauté et de bien-être contribuent au processus de reconstruction des personnes en situation de fragilité ou de précarité. Mesurer l'impact de ces soins et comprendre comment ils sont prodigués permet de prendre conscience de leur importance pour de nombreuses femmes.

Les femmes représentent en France la majorité des personnes précaires. Par manque de moyens, elles sont nombreuses à ne plus pouvoir prendre soin d'elles et à ressentir un manque d'estime de soi. Ce qui entraîne à terme découragement et perte de lien social. Les soins de beauté et de bien-être lorsqu'ils sont prodigués par des professionnel.le.s, sont un formidable moyen d'aider ces femmes à retrouver confiance en elles.

*Beauté & Précarité* a été réalisé par la Fondation L'Oréal pour faire le point sur les soins de beauté et de bien-être et démontrer comment ils permettent aux femmes qui en bénéficient d'avoir la capacité à prendre conscience de leur pouvoir d'action. En donnant accès à ces soins, la Fondation L'Oréal contribue à redonner aux femmes les moyens d'affirmer leur place dans la société et d'agir. Ce qui est la définition même de *l'empowerment*.

Ce cahier s'appuie sur plusieurs études d'impact des soins de beauté et bien-être notamment :

- l'étude d'impact social menée en 2018 par l'association Joséphine accompagnée par le Groupe de Recherche sur l'Évaluation d'Utilité sociale (GREUS), auprès de 289 femmes,
- l'étude réalisée par le CODES (première école d'esthétique à option humanitaire et sociale) en 2012 auprès de 72 socio-esthéticiennes et 75 bénéficiaires sur l'impact des ateliers de socio-esthétique auprès de personnes en situation de réinsertion sociale et/ou professionnelle,
- l'étude d'impact réalisée par l'association Ikambéré en 2019 auprès d'une cinquantaine de femmes,
- l'enquête menée par la Fondation L'Oréal en 2019 auprès de 583 femmes en situation de vulnérabilité.

**Pour plus d'information sur les soins de beauté et de bien-être, visitez le site de la Fondation : [fondationloreal.com](http://fondationloreal.com)**

## LA FONDATION L'ORÉAL

La Fondation L'Oréal s'engage aux côtés des femmes pour leur permettre d'exprimer leur potentiel, reprendre la main sur leur destin et avoir un impact positif sur la société, à travers trois domaines d'intervention : la recherche scientifique, la beauté solidaire, et le changement climatique.

Depuis 1998, le programme L'Oréal-UNESCO *Pour les Femmes et la Science* a pour vocation d'accélérer les carrières des femmes scientifiques et de lutter contre les obstacles qu'elles rencontrent, pour qu'elles puissent contribuer à la résolution des grands défis de notre temps. En 22 ans, le programme a soutenu plus de 3 600 chercheuses originaires de 117 pays. Il valorise l'excellence scientifique et cherche à inspirer les jeunes femmes pour les encourager à s'engager dans des cursus scientifiques.

Convaincue que la beauté contribue au processus de reconstruction de soi, la Fondation L'Oréal accompagne des personnes fragilisées à améliorer leur estime d'elles-mêmes en leur donnant accès à des soins de beauté et bien-être gratuits. Elle favorise également l'accès à l'emploi de femmes vulnérables à travers des formations d'excellence aux métiers de la beauté. En 2019, plus de 18 000 personnes ont eu accès à des soins beauté et de bien-être, et près de 6 000 ont pu participer à des formations dédiées.

Les femmes, enfin, sont victimes d'inégalités et de discriminations de genre persistantes, accélérées par le changement climatique. Alors même qu'elles sont les premières affectées par les conséquences du réchauffement, elles sont sous-représentées dans les instances de décisions. L'axe *Femme et Climat* de la Fondation L'Oréal soutient notamment les femmes porteuses de projets répondant à l'urgence climatique, et sensibilise à l'importance de solutions qui prennent en compte l'intersectionnalité des problématiques de genre et de climat.

# DÉFINIR LES SOINS DE BEAUTÉ ET DE BIEN-ÊTRE

La socio-esthétique et la socio-coiffure sont des pratiques professionnelles de soins de beauté et de bien-être prodigués à des personnes en situation de fragilité, que celle-ci soit liée à la maladie, à la précarité ou à toute autre raison, et qu'elle touche le corps ou l'esprit.

## Une double compétence

Les socio-esthéticien.ne.s et les socio-coiff.eur.se.s ont une double compétence : une expertise professionnelle reconnue dans le domaine de l'esthétique ou de la coiffure, associée à des compétences spécifiques développées grâce à une formation complémentaire destinée à apprendre par exemple à travailler dans un service hospitalier ou une structure sociale. Il.elle.s sont donc capables d'adapter les soins de beauté et de bien-être en fonction de la fragilité de chaque personne.

## Deux écoles majeures

En 1976, est créée l'école du CODES, la première à délivrer une formation certifiante à la socio-esthétique. En 2004, un partenariat est signé entre la plus grande association d'esthétique japonaise (AJESTHE) et le CODES donnant naissance à la création du CODES Japon.

En 2011, la Soco Academy, une école de socio-coiffure démarre des formations certifiantes dans plusieurs villes de France.

De plus en plus de professionnel.le.s en milieu hospitalier ou travaillant dans des structures sociales, soulignent l'importance de faire appel à des professionnel.le.s de la socio-esthétique ou de la socio-coiffure pour renforcer l'accompagnement de leurs publics.

# 1500

Depuis 1979, l'école du CODES a formé en France, plus de 1 500 socio-esthéticien.ne.s qui exercent en milieu médical ou social.



## SOINS DE BEAUTÉ ET DE BIEN-ÊTRE

# 97,5%

des personnes ayant bénéficié de la socio-esthétique y voient un impact positif.

Étude Codes (2012)

“ Toutes les esthéticiennes ne veulent pas devenir socio-esthéticiennes, mais la socio-esthétique révèle une dimension latente dans les métiers de l'esthétique : s'occuper des autres. ”

Ivan Jablonka, *Le corps des autres*, Seuil (2015)

# LA BEAUTÉ INCLUSIVE COMME LEVIER D'EMPOWERMENT



La précarité et tout ce qu'elle engendre comme stress, vulnérabilité et marginalité, est un facteur important de dégradation de la confiance en soi qui peut avoir comme conséquence une inaptitude à l'action. Dès lors, de nombreuses femmes en situation de précarité s'exposent à un plus grand risque de mésestime qui limite leur capacité à se défendre efficacement dans leur vie personnelle et professionnelle.

## Estime de soi

L'estime de soi fait référence au degré selon lequel un individu s'aime, se valorise et s'accepte lui-même (Carl Rogers 1951). Avoir un soin de beauté réalisé par un.e professionnel.le, surtout dans les moments difficiles, contribue à aider les femmes qui ont perdu l'estime de soi, à s'accepter et à se rendre de nouveau visibles, vis-à-vis d'elles-mêmes et vis-à-vis des autres.

## Amour de soi

En 2019, l'association Joséphine, a mené une étude sur l'impact de ses actions. En ressort que pour de nombreuses femmes marginalisées, la beauté est l'expression d'un bien-être intérieur qui passe par l'estime de soi et la confiance. Le corps devient ainsi un miroir de la souffrance et de la précarité. Une bénéficiaire interrogée va même jusqu'à déclarer : " C'est quand nous sommes brisés que nous sommes laids ". Se sentir laide semble ici vouloir faire référence à une incapacité à affronter

sa propre image. Prendre ou laisser prendre soin de soi, peut alors représenter une étape essentielle dans la réconciliation avec soi et son image.

---

**“La souffrance n'est pas uniquement définie par la douleur physique, ni même mentale, mais par la diminution voire la destruction de la capacité d'agir, du pouvoir faire, ressentie comme une atteinte à l'intégrité de soi.”**

Paul Ricoeur, *Soi-même comme un autre*, Paris, Seuil (1990)

# DE L'INDIVIDUEL AU COLLECTIF

Les soins de beauté et de bien-être ont lieu dans une cabine individuelle ou lors d'une session collective en petit comité (4 à 8 personnes). La cabine individuelle permet un lâcher prise total et peut être particulièrement recommandée pour les personnes qui ne se sentent pas suffisamment à l'aise avec le regard des autres.

## Se reconcilier avec son image

Le/la professionnel.le vient patiemment tenter d'amener la bénéficiaire peu à peu à se reconcilier avec son image puis avec les autres. Les sessions collectives sont souvent l'occasion de créer du lien et de se donner des conseils bienveillants entre femmes.

## Le pacte

Le CODES relève l'importance de la première séance, moment considéré comme " crucial " car " face à un public précaire, c'est souvent le moment où se joue l'adhésion à la démarche. " Le/la socio-esthéticien.ne doit donc accorder une grande attention aux signaux et " surveiller les éléments de ce premier pas " .

Ainsi la première séance est un rituel centré autour d'un " pacte " entre le/la professionnel.le et le/la bénéficiaire : " On échange sur ce que peut apporter le soin esthétique, sur ce qu'est la socio-esthétique en cassant les représentations, pour démystifier, rassurer (...), je commence par un cadre relationnel, les règles de vie du groupe et on démarre par " vous avez la possibilité de participer ou pas à ce cycle, par contre, si vous participez, c'est sur la totalité des séances ". C'est une question d'engagement, (...) on s'est rendu compte qu'il fallait recréer de l'engagement, recréer de l'investissement dans quelque chose. "

(Étude Codes 2012)

---

# 95%

des femme interrogées par la Fondation L'Oréal ont ressenti un bénéfice physique et/ou psychologique grâce au soin de socio-esthétique.

(Reporting 2019 - Cabine Itinérante Fondation L'Oréal)



## INCLUSION SOCIALE

# 94%

des femmes interrogées par l'association Joséphine déclarent que prendre soin d'elles leur a permis de renouer avec leur identité de femmes.

“L'insécurité liée à la précarité agit comme un principe de démoralisation, de dissociation sociale à la manière d'un virus qui imprègne la vie quotidienne, dissout les liens sociaux et mine les structures psychiques des individus.”

Robert Castel, *L'Insécurité sociale. Qu'est-ce qu'être protégé ?* Seuil (2003)

## LA BEAUTÉ INCLUSIVE COMME LEVIER DE LIEN SOCIAL

La précarité n'est pas qu'une question de revenus. Elle est un marqueur qui conditionne la vie sociale et empêche l'accès aux besoins vitaux que ce soit l'éducation, le logement ou les soins. Le corps devient un reflet de la situation de détresse vécue. Les femmes vulnérables sont alors nombreuses à s'isoler et ou à se résigner et à se replier sur elles-mêmes. C'est pourquoi l'inclusion sociale est si importante mais pour réussir à faire des soins de beauté et de bien-être un levier de lien social, il faut avant tout comprendre les freins liés à la précarité.

### Barrières extérieures

Les soins de beauté et de bien-être offrent un moment important d'inclusion sociale et d'interaction mais trop de femmes ont du mal à en bénéficier. En dehors même de la difficulté pour les structures à pouvoir en proposer pour des raisons principalement financières, les bénéficiaires ne savent pas toujours comment en bénéficier et même une fois cette barrière passée, elles doivent réussir à trouver un moment pour elles. Franchir le seuil d'un salon de coiffure solidaire ou rejoindre un atelier de socio-esthétique dans un centre social nécessite de se libérer du temps surtout lorsqu'un emploi précaire

ou avec des horaires décalés ne le permet pas, et de faire garder les enfants lorsqu'il y en a (dans 85% des familles monoparentales, le parent est une femme).

### Barrières personnelles

Avoir un soin de beauté c'est accepter de se dévoiler devant au moins une personne : le/la professionnel.le de beauté, voire devant d'autres femmes lorsqu'il s'agit d'ateliers collectifs. Il peut y avoir des freins liés à la peur d'être au centre de l'attention, de bénéficier de quelque chose qui semblerait "trop beau" et auquel "on n'aurait pas le droit" ou qu'"on ne mériterait pas".

# COMMENT FAVORISER LE LIEN SOCIAL ?

## La beauté au coeur d'un processus global

Socio-esthéticien.ne.s et socio-coiffeur.se.s sont spécialement formé.e.s pour prodiguer des soins avec empathie et compréhension. Être plus détendues, prendre la parole, une seule fois au début, puis de plus en plus souvent, accepter un compliment, en donner en retour, sourire en arrivant et parfois même en partant, prendre le miroir de soi-même sont autant de gestes et d'actions qui permettent d'évaluer l'impact des soins de beauté et de bien-être sur les femmes. Et c'est parce que l'on se sent mieux qu'on reprend peu à peu confiance en soi et qu'on s'ouvre d'avantage au monde extérieur.

### **Ikambéré, la maison accueillante**

Ikambéré est un lieu d'accueil et d'accompagnement vers l'autonomie des femmes vulnérables vivant avec le VIH. Seule structure d'Ile-de-France à offrir ce service, elle reçoit des femmes originaires d'une vingtaine de pays, d'Afrique subsaharienne principalement. Ikambéré propose un accompagnement global qui tend à couvrir l'ensemble des besoins des femmes accueillies (besoins fondamentaux, bien-être, prévention santé, lien social, accès aux droits, démarches administratives, insertion professionnelle). Ici, les soins de beauté et de bien-être sont l'un des rouages d'un plan global de sortie de la précarité.

### **Regard bienveillant**

Les ateliers de beauté et de bien-être ont été mis en place en 2017 dans le but de permettre aux femmes d'Ikambéré de " retrouver le lien avec leur corps et leur féminité ". Ce sont souvent des femmes qui ont eu une longue expérience de la rue, et vivent jusqu'à leur arrivée, en situation totale d'isolement et de grande précarité. La socio-esthéticienne organise des ateliers hebdomadaires et tient à ce que chaque femme s'inscrive elle-même. Le jour de l'atelier, elle distribue un miroir et chacune prend le temps de se regarder. Pour certaines, ce moment peut être un moment de forte émotion tant la précarité et l'isolement les poussent à éviter leur image et à tenter de se rendre invisible. Le regard bienveillant des autres participantes contribuent à reconstruire petit à petit le lien social.

# 6 ANS

est le temps moyen qu'il faut pour que les femmes migrantes d'Ikambéré stabilisent leur situation et accède à une situation régulière, un logement et une activité professionnelle. Étude Ikambéré (2020)

# 79%

des bénéficiaires n'avaient jamais testé la socio-esthétique auparavant

“C'est la première fois que je fais un soin du visage, je ne vous oublierai jamais.”

Une bénéficiaire

## UNE CABINE ITINÉRANTE POUR ALLER AU PLUS PRÈS DES FEMMES.

En 2019, la Fondation L'Oréal a aménagé un bus en cabine de soins de beauté et de bien-être et a monté un partenariat avec Banlieues Santé pour proposer à 800 femmes en situation de fragilité sociale ou isolées géographiquement de bénéficier de soins. Pendant 5 semaines, cette cabine itinérante s'est rendue au cœur de zones rurales défavorisées et de quartiers prioritaires. Durant une heure, des socio-esthéticiennes ont prodigué des soins de beauté lors d'ateliers collectifs ou au sein d'une petite cabine individuelle.

“Moi je ne me regarde plus, je ne m'occupe plus de moi. Je suis dans la survie, je m'occupe de mes enfants, je fais en sorte que tout le monde puisse manger. Prendre soin de moi ne fait pas partie de mon quotidien.”

Une bénéficiaire



## EMPLOYABILITÉ

# 67%

des femmes interrogées déclarent que le parcours chez Joséphine a été un levier pour mettre en place des démarches vers l'emploi.

Étude Joséphine (2020)

“Les personnes qui ont une faible estime de soi ont peur d’entreprendre par peur de l’échec et sont prises dans une spirale qui les empêchent d’aller vers de nouvelles expériences qui, une nouvelle fois, pourraient les décevoir et signifier leur incapacité ou leur inutilité.”

Association Joséphine

## LA BEAUTÉ INCLUSIVE COMME LEVIER D'EMPLOYABILITÉ

L'étude réalisée par le CODES en 2012 démontre que la socio-esthétique jouerait le rôle de "trampoline" en permettant aux bénéficiaires d'avoir les bons "déclis" grâce à une meilleure estime de soi.

### Socio-esthétique et emploi

Les ateliers de socio-esthétique sont aussi l'occasion d'une "remobilisation" et sont autant d'occasions de travailler sur différentes notions importantes pour retrouver un emploi : ponctualité, engagement envers le/la professionnel.le, bienveillance des autres participants etc. Ainsi, un tiers des personnes questionnées par le CODES en 2012 associent la socio-esthétique au mot "emploi" ou "insertion".

### Accompagnement global

Pour Ikambéré, le chemin de l'autonomie et de l'emploi passe par l'acquisition d'un socle de compétences dont de nombreuses femmes accueillies sont dépourvues comme apprendre le français ou savoir utiliser un ordinateur. L'association veille à proposer un temps d'apprentissage en plus des soins de beauté et de bien-être. En 2019, 18 % des femmes accompagnées par Ikambéré ont trouvé un emploi.





“Mais pourquoi laver les pieds d’un SDF, manucurer un handicapé, mettre du mascara à une détenue ? Ce n’est pas seulement parce que, même en situation de précarité, on a le droit aux petits plaisirs et au superflu. Cela permet surtout une réappropriation de l’individu par lui-même, dans un moment où la maladie, la vieillesse, la misère, la détention lui ont fait perdre, précisément, son individualité.”

Ivan Jablonka,  
*Le corps des Autres*, Seuil (2015)

**Illustrations :** Asia Pietrzyk

**Papier de la couverture :** Sirio Color Lampone - Issu de forêts gérées durablement

**Papier des pages intérieures :** Nautilus - 100% recyclé

