

A dark blue vertical bar on the left side of the page, with a blue arrow pointing to the right, overlapping it.

# Les démarches pour la création d'une salle ou d'un chariot snoezelen

A series of thin, curved lines in shades of blue and grey, resembling stylized grass or reeds, located in the bottom left corner.

Pour l'A.R.C.S.P.H.O. asbl  
De Meester Inès – ergothérapeute  
© Tous droits réservés- 2021



Table des matières

|   |    |
|---|----|
| 1. Le snoezelen, qu'est-ce que c'est ? -----      | 2  |
| 2. Les bienfaits du snoezelen-----                | 5  |
| 3. À qui s'adresse le snoezelen ? -----           | 8  |
| 4. Comment se déroule une séance snoezelen ?----- | 13 |
| 5. Création d'une salle snoezelen-----            | 15 |
| 6. Création d'un chariot snoezelen -----          | 19 |
| 7. Les outils -----                               | 20 |
| 8. Conclusions-----                               | 25 |
| 9. Sources -----                                  | 27 |

## 1. Le snoezelen, qu'est-ce que c'est ?

Le snoezelen est une technique d'accompagnement non-médicamenteuse développée dans les années 1970 aux Pays-Bas (par Ad. Verhuel et J. Hulsegge). Ce terme est la contraction de deux mots néerlandais qui sont :

- ✓ **snuffelen** : renifler, sentir, explorer – dimension active et dynamique du concept – explorer sensoriellement – induit la notion du contact de la personne avec son environnement. La personne est ici active et explore les alentours.
- ✓ **doezelen** : câliner, détendre, somnoler – dimension passive, de détente – qui exprime un état de bien-être, d'apaisement en faisant appel à l'émotion et à l'affectif. L'environnement permet d'avoir des effets sur le sujet, la personne est donc dans ce cas-ci réceptive.

Le snoezelen est une activité basée sur la notion du « **prendre soin** » par une approche bienveillante et une attitude humanisante dans le respect de la personne. C'est un accompagnement qui propose un lieu de confort, de détente et de bien-être sécurisant tout en profitant d'expériences sensorielles par le biais de son corps et d'une stimulation des sens primaires.

Le snoezelen peut être matérialisé sous la forme d'un espace dédié à cette activité avec un matériel spécifique. Cela reste sur le fond une véritable philosophie de vie fondée sur un accompagnement relationnel humaniste, empathique et bien traitant.

Quand la parole fait défaut, le travail autour de la sensorialité dans l'approche corporelle peut aider à faire émerger des sensations, des images, des émotions et offre ainsi à la personne un autre mode de communication.

L'objectif premier visé est donc d'entrer en **communication** avec l'individu à travers la stimulation des différents sens (l'ouïe, la vue,

l'audition, le toucher, le goût) et également la proprioceptivité<sup>1</sup>, mais aussi de permettre un moment de bien-être à travers différents outils qui sont : la musicothérapie, l'aromathérapie, la luminothérapie, l'exploration sensorielle... Les stimulations doivent bien évidemment s'adapter aux besoins, désirs et capacités individuelles de la personne, de manière qualitative et quantitative.

Le concept snoezelen s'articule donc autour de trois dimensions :

1. *Découverte* : Proposer diverses expériences adaptées s'articulant autour des différentes modalités sensorielles, visuelles, sonores, tactiles.
2. *Interactivité* : Rendre la personne actrice de cette séance, en respectant son propre rythme et sa personnalité. Le tout avec une présence empathique et attentive de l'accompagnateur.
3. *Relaxation* : Proposer des expériences qui visent au relâchement et à la réduction des tensions dans le but d'obtenir un mieux-être.

Le snoezelen est aussi une **philosophie de vie** qui peut se réaliser partout et dans tout acte de la vie quotidienne au travers d'attitudes bienveillantes car c'est avant tout un état d'esprit qui s'accompagne d'un positionnement d'écoute et d'observation.

Il faut préciser que les principes de base de cette philosophie reposent sur le respect du rythme de la personne, sa capacité d'attention, la notion de présence, d'écoute, de bienveillance, de tendresse, de respect... Ils sont également applicables dans les actes/soins quotidiens réalisés par les acteurs de terrain. Le but étant toujours de sécuriser, apaiser, libérer des émotions, stimuler aux différents sens tout en créant un lien avec cette personne et en entrant en relation avec elle de façon bienveillante.

---

<sup>1</sup> « Qui se rapporte à la sensibilité du système nerveux aux informations provenant des muscles, des articulations et des os. La sensibilité proprioceptive permet d'avoir conscience de la position et des mouvements de chaque segment du corps et donne au système nerveux, de façon inconsciente, les informations nécessaires à l'ajustement des contractions musculaires pour les mouvements et le maintien des postures et de l'équilibre. » - Larousse Médical.

Par exemple :

- ✓ Frapper à la porte avant d'entrer.
- ✓ Se placer à la même hauteur que la personne pour communiquer avec elle.
- ✓ Ouvrir les rideaux de la chambre avant d'allumer les lumières le matin.
- ✓ Réaliser la toilette du matin avec un fond musical et une ambiance plus douce en adaptant la technique à la personne (par exemple commencer par les bras ou les jambes pour être moins intrusif que de commencer directement par le visage).
- ✓ Demander l'avis de la personne le matin lors de l'habillage et respecter celui-ci autant que possible.
- ✓ ...

Elle est **complémentaire** à d'autres techniques (qu'elles soient médicamenteuses ou non).

*Le snoezelen peut donc se résumer comme étant une stimulation sensorielle de la personne ; il amène une relaxation qui favorise un certain bien-être mais également, qui permet une meilleure communication avec le monde extérieur.*

## 2. Les bienfaits du snoezelen

*Les objectifs recherchés sont les suivants :*

- ✓ Un *bien-être* pour la personne (plaisir, détente, relaxation).
- ✓ Une meilleure *intégration de la personne* à son environnement (une meilleure connaissance de l'autre, de ses émotions, expressions, parfois une révélation des potentialités ignorées de la personne...).
- ✓ Une *communication* relationnelle apaisée avec les soignants, familles, proches.
- ✓ *Un éveil à l'environnement* du monde qui l'entoure à travers la stimulation des sens.
- ✓ Une *interaction et des soins* plus efficaces à travers un climat relationnel propice à cet acte de soin.

Les résultats de quelques expériences mises en place dans certaines structures d'accueil nous indiquent que, lors de la séance et après celle-ci, une diminution sensible au niveau des comportements difficiles et agressifs est observée. De plus, ils mentionnent une amélioration immédiate de l'humeur ainsi qu'une diminution de l'agitation et de l'apathie. Cette démarche pourrait aussi améliorer la mémoire et faciliter la parole chez les patients présentant des problèmes de démence.

Selon Mme Christine Gosselin<sup>2</sup>, « les jeunes qui fréquentent la salle snoezelen sont plus heureux et plus détendus, ce qui nous permet de découvrir de nouvelles facettes de leur personnalité ».

Une étude menée en 2011 par N. Bailly<sup>3</sup> sur des personnes âgées souffrant de troubles du comportement a analysé les effets des séances snoezelen. Celle-ci indique une diminution de la pression artérielle et du rythme cardiaque juste après les séances. Une

---

<sup>2</sup> Orthopédagogue et titulaire d'un groupe en déficience profonde – Source : [www.bloghoptoys.fr/les-espaces-snoezelen](http://www.bloghoptoys.fr/les-espaces-snoezelen)

<sup>3</sup> « Effets Snoezelen sur les personnes démentes » : N. Bailly – maître de conférences en psychologie sociale à l'Université François-Rabelais de Tours – et S. Pointereau – psychologue stagiaire à Tours (2011).

augmentation significative de l'estime de soi a également pu être observée, jusqu'à une semaine après la fin des séances.

Le bénéfice est encore plus significatif pour des personnes présentant des pathologies ayant tendance à les enfermer davantage sur elles-mêmes comme l'autisme, les troubles du comportement, les maladies psychiques, les maladies neurodégénératives...

Les séances snoezelen permettent de manière plus générale une détente musculaire globale et portent l'accent sur l'amélioration de la communication, la concentration, la motivation, la socialisation...

Il est donc essentiel de trouver le juste **équilibre** entre les différentes stimulations des sens proposées et la relaxation, la détente.

Pour permettre des séances adéquates, les futurs accompagnants sont invités à **se former** auprès de structures appropriées bien que la pratique du snoezelen ne soit pas encore règlementée.

Il est essentiel qu'ils développent une écoute empathique et qu'ils puissent repérer les expressions spécifiques de chaque personne accompagnée (verbales et non verbales). Ils obtiendront les compétences nécessaires pour proposer des stimulations sensorielles (sans sur-stimuler) tout en respectant le rythme et les choix de la personne.

L'accompagnateur doit être créatif pour pouvoir solliciter sans imposer. Cela lui demande une énergie particulière pour être à la fois présent tout en restant à une certaine distance de la personne. Il s'agit également d'un travail de lenteur, de patience, de répétition et empreint de régularité. Ceci empêche généralement une progression visible à l'œil nu des bienfaits pour l'accompagnateur, ses collègues ou sa hiérarchie, créant parfois un fort découragement ou un sentiment d'inutilité.

Au-delà des mots, le corps du soignant va également envoyer des messages généralement non-maîtrisés qui peuvent entraîner soit une baisse, soit une augmentation de la tension chez la personne (**capacité de résonance**). C'est-à-dire que notre posture, nos émotions, nos

gestes en tant que soignant peuvent influencer la manière dont le soigné va se sentir dans son propre corps (stressé ou en tension, si l'on exprime des attitudes nerveuses par exemple, ou inversement).

Dans le snoezelen, il n'existe ***pas d'obligation de résultat*** ou encore d'objectif spécifique à atteindre, le but final de cette démarche étant de procurer un moment de bien-être à la personne.

Il faut donc faire le deuil du rendement et de la productivité lors de ces séances, ce qui n'est parfois pas évident pour les soignants.

Il est important que la démarche du snoezelen se fasse dans une ***dynamique institutionnelle***. Celle-ci permettra de légitimer la démarche, soutenir les accompagnateurs, mobiliser les équipes (explication et compréhension de la technique par tout le personnel), mais également, cela évitera les rivalités et les regards négatifs des collègues sur l'accompagnateur ainsi que de mauvais jugements.

Pour une bonne efficacité des séances sur le plan comportemental de la personne à court terme, il est important que la salle snoezelen soit utilisée en connaissance de cause et à bon escient, avec un personnel suffisamment formé et qui puisse surtout détacher du temps pour la réalisation des séances, ce qui n'est hélas pas toujours évident.

Un autre élément important est de pouvoir ***poser par écrit*** le cadre de référence du projet snoezelen au sein de l'institution (*exemple de document au point 5.1*). Cela donnera du sens aux pratiques professionnelles, favorisera la cohérence des futurs accompagnements proposés et posera les règles éthiques qui permettront une pérennité du projet en le situant dans la dynamique du projet institutionnel.

Ce document, qui sera de préférence régulièrement revu pour s'adapter au contexte et à l'évolution des publics au sein de l'institution, devra être partagé à l'ensemble des professionnels de l'institution (toute l'équipe) ainsi qu'à la famille si la demande se fait sentir. Il pourra également servir d'argument aux autorités et financeurs du projet.

### 3. À qui s'adresse le snoezelen ?

L'utilisation du snoezelen est vaste. Elle peut en effet s'adresser à toute personne, quelle que soit sa pathologie ou sa tranche d'âge.

Il faut cependant tenir compte du projet individuel de soins de la personne à qui l'on souhaite que le snoezelen soit adressé et de la décision de l'équipe pluridisciplinaire (et vérifier les éventuelles contre-indications à cette démarche).

Voici quelques caractéristiques dont il faut tenir compte :

#### ✓ *Dans le domaine de la gériatrie :*

Pour l'ensemble des personnes âgées, souffrant ou non de démence, de désorientation, d'agitation, d'agressivité... la pratique du snoezelen peut être très bénéfique !

La personne âgée va naturellement se distancier progressivement du monde réel à travers ses dépendances multiples, son anxiété, parfois ses troubles du comportement, son ralentissement de rythme de vie, qui l'éloignent petit à petit des êtres qui l'entourent.

Les personnes âgées sont particulièrement sensibles aux sollicitations tactiles. Il peut dès lors être intéressant de les stimuler sensoriellement avec des matières connues antérieurement dans leur vie (selon leur métier, leur passion...) ou de tester un bain snoezelen.

La pratique du snoezelen aidera notamment dans ce contexte la personne âgée à s'ouvrir à l'environnement et à rétablir les liens avec les personnes qui l'entourent. Celle-ci a un impact positif sur l'humeur et les troubles dépressifs, parfois pour permettre une diminution de la prise médicamenteuse et a également un impact positif sur le stress de l'équipe soignante.

Il est aussi intéressant de faire vivre l'esprit et la philosophie du Snoezelen dans l'ensemble des accompagnements de la vie quotidienne des personnes âgées, en s'adaptant à leur rythme de vie.

Pour un service spécialisé au niveau des personnes âgées démentes, il peut être intéressant d'avoir une salle snoezelen à disposition (le jour et/ou la nuit) où les personnes associent ce lieu sécurisant à un endroit où se poser et se relâcher. Cela permet également d'aider au

changement de rythme diurne/nocturne qui provoque parfois des déambulations et de l'hyperactivité.

✓ ***Dans le secteur du handicap et du polyhandicap :***

Chez les personnes porteuses de handicap, le corps est souvent le centre de la problématique. Par ses limitations et ses contraintes, la personne porteuse du handicap n'a parfois pas pu développer les expériences corporelles de base ni les méthodes exploratrices lui permettant au mieux d'appréhender son propre corps et l'environnement qui l'entoure.

Le but du snoezelen est donc d'expérimenter une autre approche relationnelle en essayant un nouveau mode de communication qui est basé sur les ressentis personnels et les vécus émotionnels de la personne.

Il faut également veiller à s'adapter au niveau de l'assimilation cognitive de la personne porteuse de handicap pour éviter de la surcharger. Cela va permettre une meilleure ouverture au monde qui l'entoure et améliorer son propre vécu corporel.

✓ ***Dans le domaine de la petite enfance :***

Pour tout enfant, qu'il soit ou non porteur de handicap.

Il faudra veiller avec les enfants à l'aspect sécuritaire, qui est essentiel, tout en créant l'effet de surprise et la stimulation de l'imaginaire. L'accent peut être porté sur la représentation de l'image du corps à travers les ressentis qui permettront une meilleure perception du schéma corporel de l'enfant. Les sensations intéroceptives et vestibulaires peuvent être développées par différents modes de jeux vibratoires, des balanciers, des hamacs...

Le but est d'offrir la possibilité aux enfants de découvrir le monde qui les entoure en apprivoisant petit à petit leur propre corps, ce qui permettra une meilleure communication avec leur entourage.

✓ ***Dans le domaine de la douleur et des soins palliatifs :***

Cela procure à la personne un apaisement sécurisant en permettant la substitution de l'enveloppe de souffrance par une enveloppe sensori-relationnelle sécurisante.

Les séances de snoezelen peuvent être réalisées pour procurer à la personne un moment de « pause bien-être » où une rupture avec l'environnement quotidien habituel est créée. Elles permettent un vécu de plaisir et de mieux-être momentané en tentant de contrer les sensations algiques.

Pour une personne alitée, un chariot multi-sensoriel envisagera de proposer des séances snoezelen au chevet de celle-ci.

Ce que l'accompagnement snoezelen permet auprès des personnes en soins palliatifs<sup>4</sup> :

- Redonner à la personne la perception de son propre corps, au-delà de la maladie et de ses expressions (douleurs, peurs, représentations de soi...). Il permet à la personne d'aimer à nouveau son corps autrement, de le découvrir, de reprendre confiance en son corps ou simplement de l'accepter.
- Se rencontrer à nouveau, intimement, dans le moment présent, sans projection sur le passé (ce que nous étions avant la maladie) ou sur le futur (ce que nous deviendrons suite à la maladie). Il offre un espace à l'ici et au maintenant, dans un environnement rassurant, calme et détaché des distorsions liées à la peur. On prend le temps d'accompagner la personne.
- Gestion proportionnée de la douleur : la douleur, même privée de sa part de souffrance annexe (psychologique, sociale, conscience de soi détériorée...) existe toujours. Elle n'est plus perçue comme l'essence actuelle prédominante, et donc, elle

---

<sup>4</sup> Extraits d'un témoignage d'une soignante : <https://xsone.org/wp-content/uploads/2017/12/Snoezelen-en-soins-palliatifs-et-accompagnement-en-fin-de-vie-Marie-Christine.pdf>

peut être mieux gérée. L'accompagnement snoezelen thérapeutique permet une plus grande réceptivité aux analgésiques. Plus détendue, moins concentrée sur le ressenti douloureux, la personne accompagnée est plus à même de tolérer des soins infirmiers et des interventions médicales. En snoezelen, nous parlons d'un état de conscience « modifiée ». Le cerveau étant « déconnecté », il en oublie, au moins en partie, les récepteurs de la douleur.

- D'être présent pour l'autre avec toute l'attention prévenante, l'entière disponibilité et la pleine capacité à répondre au plus près des attentes, des besoins et des espoirs parfois, de la personne accompagnée. Le snoezelen donne une partie des outils pour diminuer les angoisses et les ressentis négatifs, être présent pleinement pour faire avec cette personne ses derniers pas, en lui tenant la main et en étant proche d'elle.
- Donner certains outils pour laisser la personne en fin de vie partir enfin, avec un sentiment de paix ! Sans le traumatisme d'avoir vu mourir une personne, mais avec la satisfaction de l'avoir accompagnée vers sa fin, somme toute naturelle, vers un autre monde.

✓ ***Dans les milieux hospitaliers***

Le snoezelen peut être utilisé en milieu hospitalier dans presque tous les services. Par facilité, il sera plus facile de prendre un chariot snoezelen et d'intervenir directement dans les chambres des patients.

✓ *Dans les services de psychiatrie :*

Le corps est ici l'expression de symptômes (corps persécuté, délirant, obsessionnalisé, morcelé...).

L'accompagnement en snoezelen s'articule autour de propositions sur l'aspect corporel qui se trouve en souffrance, pour permettre de resituer dans le présent la conscience de la sensation. Cela permet de reconnecter le corps et le psychisme.

✓ *Pour toute personne*

Ayant besoin d'un « moment de détente », d'une « bulle de bien-être », qui sera réalisé à travers une salle de ressourcement. Cela permettra par exemple un lâcher prise, un temps de repos, une diminution du stress, une remédiation à un manque de concentration et une augmentation de la créativité, de la vigilance et des capacités d'apprentissage.

*La technique du snoezelen est adéquate dès que la communication est/devient difficile avec une personne via des moyens traditionnels. C'est également bénéfique dès que quelqu'un a une tendance au repli sur soi car cette technique éveille la personne au monde qui l'entoure par la stimulation des sens et cela permet donc de créer un lien vers l'extérieur.*

#### 4. Comment se déroule une séance snoezelen ?

Différentes phases composent la mise en place d'une séance snoezelen. Elle dure généralement entre 45 minutes et une heure. La durée de celle-ci doit être bien sûr adaptée aux besoins de chacun. Les séances sont principalement individualisées. De petits groupes peuvent être envisagés mais il est dès lors plus difficile de respecter le rythme propre à chaque personne...

Il s'agit de :

##### ***I. La phase d'acclimatation :***

Elle commence par l'invitation de la personne à la séance snoezelen. Si c'est la première fois, il est nécessaire d'expliquer et décrire ce qui va se passer lors de cette séance, ainsi que l'intérêt de cette technique. Ensuite, l'accompagnement se réalise jusqu'à la salle snoezelen où il faut envisager une installation adéquate pour la personne. C'est donc une transition entre le monde extérieur et l'espace intérieur.

##### ***II. La phase d'invitation :***

La séance débute par la création d'une atmosphère chaleureuse, apaisante, sécurisante, en respectant le choix et le rythme de la personne : il est très important de prendre le temps nécessaire !

##### ***III. La phase d'animation :***

Au cours de celle-ci, on fait découvrir, on guide, on observe. On propose de ce fait différentes stimulations mais sans les imposer, on permet une exploration de l'espace environnant, on accompagne dans la découverte sensorielle et motrice... On peut aider à la verbalisation à travers une écoute active et adéquate. Il s'agit donc de sélectionner des activités à proposer en fonction du rythme et du choix des personnes.

#### ***IV. La phase de préparation à la sortie de la salle :***

Dans cette phase, l'accompagnateur va, de manière indirecte, faire ressentir à la personne que la fin de la séance approche. Cela peut se faire soit en utilisant son propre corps (se redresser, verbaliser, changer d'attitude...) ou alors à travers une utilisation du matériel (augmenter la luminosité par étape, arrêter la musique doucement...). Par cette phase, l'accompagnateur prévient donc de la fin proche de la séance, ce qui permet à la personne de l'anticiper et de s'y préparer.

#### ***V. La phase de réappropriation :***

Cette phase permet un échange et une verbalisation de la séance vécue. Elle permet également de faire le lien avec la vie quotidienne de la personne accueillie.

Il s'agit donc de réaliser le passage du dedans vers le dehors de la salle.

## **5. Création d'une salle snoezelen**

Il s'agit d'une salle multisensorielle.

L'aménagement d'une salle se réalise selon les besoins et les pathologies de la population qui sera accueillie, selon les contraintes architecturales et le budget du projet.

Une salle snoezelen se veut un lieu de convivialité, d'expression, d'écoute et de respect mutuel. Celle-ci doit être enveloppante, sécurisante et doit répondre au projet de l'institution.

Une salle snoezelen doit être un lieu personnel et intérieur, par opposition à un espace extérieur et visible (exemple : réaliser une vitrine de l'établissement).

Pour la conception d'une salle, il est important de passer par certaines étapes (qui pourront être remodelées ou réadaptées à tout moment) :

- 1. Définir le projet, cibler le public cible et établir une charte de fonctionnement qui doit être validée et soutenue par la direction.***

Dans cette charte, on peut y indiquer le sens du projet désiré, définir le professionnel qui deviendra l'accompagnant dans la salle (voir si celui-ci est déjà formé ou si une formation sera envisagée), désigner les résidents qui pourront en bénéficier, planifier de futures séances sur le planning (envisager le détachement du personnel dans ses fonctions pour réaliser des séances snoezelen), penser à l'entretien de la salle, etc.

## Exemple de modèle méthodologique<sup>5</sup> :

- **Introduction présentant l'intérêt général en lien avec les valeurs de l'établissement et le projet institutionnel :**
  - Présentation générale insistant sur le sens et les valeurs que l'on donne au snoezelen.
- **Le public accueilli au sein de l'établissement :**
  - L'identité de la structure et son fonctionnement,
  - Les caractéristiques de la population bénéficiaire du snoezelen,
  - Les pathologies identifiées et leur prise en compte snoezelen,
  - Les besoins et attentes du public en lien avec les projets individualisés.
- **L'approche snoezelen et ses objectifs :**
  - Définition, philosophie et principes de bases (le relationnel, la détente, la sensorialité),
  - Intérêt de cette approche en lien avec les besoins des personnes,
  - Apports théoriques et références.
- **Les moyens développés en snoezelen et leur mise en œuvre :**
  - Les différents aménagements, espaces et matériels en snoezelen,
  - Proposition de canevas de séance visant à la compréhension de ce qui se partage en snoezelen,
  - Le cadre organisationnel des séances (préparation en amont, éléments matériels, retour et suivi en aval des séances),
  - Les règles de fonctionnement de l'activité (protocole d'utilisation de la salle),
  - Les modalités d'accompagnement (individuel et/ou groupe – régularité ou ponctualité des séances),
  - Les accompagnants de l'activité (formation/référent/stagiaires/familles).
- **Le suivi et l'évaluation :**
  - Les outils d'observation et leur transmission,
  - Le suivi et l'évolution en lien avec le projet individuel, la vie quotidienne ou le dossier de soins (bilans et synthèses),
  - Analyse des pratiques et instances de communication.
- **Le financement du projet :**
  - La présentation d'un budget financier prévisionnel (coût, amortissement, budget de fonctionnement),
  - Les moyens humains (délégation du temps, formation).
- **Conclusion :**
  - L'intégration de la philosophie de l'accompagnement dans la vie quotidienne et dans le projet institutionnel.
- **En annexe :**
  - Outil d'observation et de suivi des séances,
  - Photos du matériel utilisé,
  - Modalités de fonctionnement de l'espace,
  - Protocole d'utilisation du matériel,
  - Planning d'utilisation de l'espace,
  - Charte définissant les valeurs et usages associés au snoezelen.

<sup>5</sup> Source : Quentin O., Godderidge B., d'Arfeuille P. (2016). *Snoezelen « un monde de sens »* (2<sup>e</sup> éd.). France, éditions Pétrarque, pp 90-91.

**II. Trouver le local adéquat et imaginer le matériel nécessaire correspondant le mieux au public cible (évoqué dans le point 7.2).**

**III. Organiser un suivi et une évaluation de l'activité.**

Il s'agit de définir comment retranscrire les observations à travers des transmissions adéquates aux collègues, personnes ressources si surcharge émotionnelle de l'accompagnateur, discussions en équipes sur l'analyse des séances...

**IV. Prévoir le budget.**

Penser au budget pour la salle et pour la formation du personnel d'accompagnement ainsi qu'au détachement du personnel pour pouvoir accompagner les personnes de l'institution en séance. Certaines associations ou institutions subventionnent de tels projets.

**V. La conception de la salle dans la pratique.**

→ une surface de 15 à 25 m<sup>2</sup> est idéale.

→ un point d'eau (évier) est toujours intéressant pour un lavage optimal des mains, proposition d'un verre d'eau/café/thé à la fin de la séance...

→ une salle chauffée, avec l'électricité suffisante et dans les normes pour un éclairage de la salle conforme (l'interrupteur ne doit pas être accessible aux personnes accompagnées).

→ penser au sol qui doit être facilement nettoyable, aux murs qui doivent être adéquats pour le bon fonctionnement de la salle, au plafond pour envisager d'y mettre des matériaux ou d'y projeter quelque chose, au placement du matériel, à la disposition de différents fauteuils ...

→ la salle doit être identifiable : Il faut prévoir une signalétique claire en le mentionnant sur la porte : annotée par une pancarte : salle de snoezelen ; libre ou occupée. Elle sera dès lors reconnaissable par l'équipe et les pensionnaires lorsqu'elle est utilisée.

→ l'aspect visuel doit être propice au relâchement.

→ il faut prévoir un sas d'entrée et de sortie si possible.

Exemples de salles snoezelen<sup>6</sup> :



✓ <sup>6</sup> Sources photos : image 1 : <http://recetteeducative.canalblog.com> & image 2 : <https://www.nenko.com/>

## 6. Création d'un chariot snoezelen

Un chariot snoezelen permettra de réaliser des moments snoezelen de détente ailleurs que dans une salle dédiée à cet effet. Cela peut se réaliser dans la chambre au chevet du patient pour les personnes les plus dépendantes ou en fin de vie. Le chariot snoezelen peut également être utilisé en tout autre lieu que la chambre, comme dans une salle de bain pour pouvoir y réaliser des bains snoezelen.

Il s'agit « d'aller vers » plutôt que « d'emmener » les résidents jusqu'à la salle.

Le chariot est un gain budgétaire non négligeable !

Il s'agit concrètement d'une mini armoire sur roulette, équipée de rayonnages, pouvant être déplacée et contenant le matériel minimum nécessaire pour un fonctionnement snoezelen optimal. Il suffit de placer les éléments adéquatement dans la pièce désirée (chambre du patient par exemple).

Exemples de chariots snoezelen<sup>7</sup> :



---

<sup>7</sup> Source photos : <https://www.nenko.com/>

## 7. Les outils

Il s'agit de tout l'équipement nécessaire aux séances snoezelen.

Le matériel peut être très varié. L'invitation au voyage sensoriel se fait à travers différentes perceptions sensorielles, auditives, visuelles, tactiles, olfactives, somatiques, vibratoires, vestibulaires, et à travers l'équilibre de la personne dans certains cas. Cela va créer une atmosphère qui permettra au patient un moment de liberté, sans contrainte de temps ni de rythme.

L'aménagement peut être pensé dans une démarche ouverte et créative. L'espace ne doit pas être modélisé, figé mais bien adaptable et évolutif.

### 1. Liste non exhaustive d'équipements spécifiques pour des stimulations sensorielles adaptées :

#### ✓ **Stimulations visuelles :**

Il s'agit d'effets de lumière et de couleurs : jouer sur la peinture des murs, les éclairages, les lampes proposant des jeux de couleurs, les lumières douces, les éclairages tamisés ou colorés, les guirlandes électriques, les hologrammes, les projections de disques ou d'un diaporama sur un mur/plafond d'images, de motifs, de formes lumineuses, de colonnes d'eau ou à bulles ou à balles (procure des lumières et des vibrations), les bulles à facettes, le kaléidoscope, les brins de fibres optiques créant un rideau lumineux (le laisser bouger entre les doigts), les éclairages fluorescents...

La couleur blanche aura une visée relaxante, de détente, tandis que les couleurs vives sont adéquates pour les stimulations.

Il s'agit d'ajuster ces tons de couleurs selon notre souhait thérapeutique (stimulation ou de détente).

#### ✓ **Stimulations auditives / sonores :**

Ce sont les musiques, les résonances, les voix, les silences : On peut jouer sur le bruit des objets, des instruments sonores diffusant de la musique (harpe, flûte de pan...) ou sur une ambiance naturelle (mer,

forêt, pluie...). Ces stimulations peuvent être à visée relaxante ou douce.

La musique est un moyen d'expression intéressant pour des personnes ne pouvant plus communiquer ou ayant des difficultés de communication verbale. Elle peut aussi faciliter la relation pour tendre vers un apaisement.

✓ ***Stimulations tactiles :***

Il s'agit de différentes matières à toucher avec des textures rugueuses, molles, dures, sèches, humides, fines, épaisses, etc. Par exemple des tissus, des perles, des balles, etc.

Cela peut encore se réaliser à travers des massages avec les mains, des huiles, des tissus...

Attention cependant que le toucher peut se décliner sous différentes formes entre pressions, mobilisations, massages...

✓ ***Stimulations olfactives :***

Au travers de diffuseurs de parfums ou d'huiles essentielles ou encore d'appareil d'aromathérapie...

Si l'accompagnateur est formé, il peut de ce fait utiliser les huiles essentielles dans un but thérapeutique. Il faut cependant savoir qu'avec une mauvaise utilisation, celles-ci peuvent présenter un danger vital pour la santé de certaines personnes (les jeunes enfants notamment).

✓ ***Stimulations somatiques, vestibulaires, kinesthésiques et de l'équilibre :***

Ceci est possible en travaillant sur des sols inégaux, des parcours (pour favoriser la recherche d'équilibre), un matelas à eau...

Il existe des tapis de mousse et/ou matelas qui permettent d'offrir une atmosphère confortable tout en permettant des mouvements du corps sécurisés.

Ceci est à éviter avec une population vieillissante comme les personnes âgées où le risque de chute est fortement accru.

✓ **Stimulations vibratoires :**

Au travers de vibrations quelconques : objets ou matériaux procurant des vibrations au toucher.

2. Liste non exhaustive de matériel multisensoriel :

- **Un lit à eau** (musical).
- **Des piscines à balles** : comparable au matelas à eau.
- **Des colonnes à bulles** : effet de vibration, émet des bruits d'eau et une légère chaleur : stimulation vibratoire, tactile, auditive, visuelle.
- **Des fibres optiques** : élément visuel et tactile.
- **Un projecteur de disques à huile ou diaporama** : il projette des visuels sur un thème donné ou des mélanges d'huiles diverses.
- **Des fauteuils relax, nacelles, hamacs** : matériel de confort à la relaxation avec ou non la fonction balancement (type rocking-chair)
- **Des boules à facettes, des lasers** : attention aux personnes épileptiques !
- **Des tableaux tactiles** : différentes matières qui éveillent la curiosité, jeu de contrastes (chaud/froid, doux/rugueux, humide/sec, etc). Exemple : laine, bois, métal, papier de verre, etc.
- **Des tableaux sonores** : ils éveillent la curiosité avec des sons. Exemple : mini djembé, grelots, carillon, etc.
- **Un système d'aromathérapie** : ils diffusent des huiles essentielles pour améliorer l'ambiance olfactive de la pièce.
- **De la musique** : CD de relaxation, instruments de musique... C'est un moyen d'expression pour les populations ne pouvant plus communiquer verbalement.

Tous ces outils créent une salle interactive sensorielle et peuvent soit stimuler ou apaiser la personne. C'est un endroit privilégié. Cependant, il faut veiller à ne pas stimuler excessivement la personne ! Précisons que tous ces outils ne sont pas forcément toujours nécessaires pour la réalisation d'une séance snoezelen. La démarche

peut, comme précisé précédemment, s'inclure dans tous les espaces de la vie quotidienne à travers une communication et des capacités relationnelles adéquate de la part de l'accompagnateur.

Un ***rapport d'observation*** est un outil supplémentaire et intéressant qui se remplit à la suite de chaque séance snoezelen. Cela permet d'observer l'évolution quotidienne de la personne ainsi que de définir ses préférences quant aux différentes stimulations proposées. De plus, un rapport trimestriel ou semestriel peut être également complété pour observer les changements à long terme.

Exemple de support d'observation après chaque séance<sup>8</sup> :

|                                      |                                    |                                     |                                       |
|--------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Nom du résident :</b>             |                                    |                                     |                                       |
| <b>Nom de l'accompagnant :</b>       |                                    |                                     |                                       |
| <b>Date :</b>                        |                                    |                                     |                                       |
| <b>Heure de séance :</b>             |                                    |                                     |                                       |
| <b>Durée de la séance :</b>          |                                    |                                     |                                       |
| <b>Lieu :</b>                        |                                    |                                     |                                       |
| <b><u>Début de séance :</u></b>      |                                    |                                     |                                       |
| O à la demande du résident           |                                    | O sur proposition de l'accompagnant |                                       |
| <b>Comportement :</b>                |                                    |                                     |                                       |
| O calme                              | O agité                            | O défensif                          | O inquiet O passif                    |
| <b>Attitude du résident :</b>        |                                    |                                     |                                       |
| O accepte                            | O refuse                           | O indifférence                      |                                       |
| <b><u>Séance :</u></b>               |                                    |                                     |                                       |
| Position :                           |                                    |                                     |                                       |
| O allongée                           |                                    | O assise                            | O en mouvement                        |
| <b>PROPOSITIONS<br/>SENSORIELLES</b> | <b>APPRÉCIÉES<br/>POSITIVEMENT</b> | <b>APPRÉCIÉES<br/>NÉGATIVEMENT</b>  | <b>INDIFFÉRENCE OU<br/>NEUTRALITÉ</b> |
| TACTILES                             |                                    |                                     |                                       |
| VISUELLES                            |                                    |                                     |                                       |
| OLFACTIVES                           |                                    |                                     |                                       |
| GUSTATIVES                           |                                    |                                     |                                       |
| AUDITIVES                            |                                    |                                     |                                       |
| PROPRIOCEPTIVES                      |                                    |                                     |                                       |
| VESTIBULAIRES                        |                                    |                                     |                                       |

<sup>8</sup> Source : Quentin O., Godderidge B., d'Arfeuille P. (2016). Snoezelen « un monde de sens » (2<sup>e</sup> éd.). France, éditions Pétrarque, p.95.

Communication pendant la séance :

corporelle     verbale     vocale

**Fin de séance :**

accepte     refuse     interrompt la séance

Comportement :

éveillé     calme     agité     fatigué     défensif     inquiet     calme

Impressions de l'encadrant :

Impressions et expressions du résident :

Souhaits du résident :

revenir     ne pas revenir

**Notes supplémentaires :**

Exemple de support d'observation trimestriel ou semestriel<sup>9</sup> :

*Période du ..... au .....*

*Nom du résident :*

*Accompagnant(s) :*

*Nombre de séances proposées :*

*Durée moyenne des séances :*

*Profil ou axe sensoriel préférentiel :*

*Ambiance préférée (musique, odeurs, lumières, ...) :*

**PROGRESSION ET EVOLUTION DES SEANCES :**

**BILAN GLOBAL DES SEANCES PROPOSEES :**

**BENEFICES OBSERVES DURANT LA PERIODE :**

(Vie quotidienne, sommeil, toilette, appétit, humeur, comportement)

**AXES DE TRAVAIL A DEVELOPPER ET INDICATIONS POUR LES SEANCES SUIVANTES :**

<sup>9</sup> Source : Quentin O., Godderidge B., d'Arfeuille P. (2016). *Snoezelen « un monde de sens »* (2<sup>e</sup> éd.). France, éditions Pétrarque, p.96.

## 8. Conclusions

*L'accompagnement* de la personne à travers une démarche *snoezelen* s'inscrit donc dans la participation à un soin de confort apaisant à travers une attitude éthique adéquate.

Ceci a pour but d'améliorer l'estime de soi de la personne et de soutenir son autonomie tout en encourageant la relation à l'autre (ouverture à la communication et à l'environnement extérieur). Un ajustement corporel permanent faisant écho à l'état de tension exprimé verbalement ou non par la personne est nécessaire pour un accompagnement optimal.

C'est également un *état d'esprit*, une démarche d'accompagnement, un positionnement d'écoute empathique et d'observation qui est basé sur des propositions de stimulation et d'exploration sensorielle, le tout, en privilégiant la notion de « prendre soin » individuel avec l'autre.

Il s'agit de prendre en compte le sujet lui-même en mettant en perspective son histoire, ses besoins, ses désirs, ses angoisses et le sens de sa vie et non pas seulement de soigner le corps et/ou la tête de la personne. On considère donc la personne dans son entièreté, on l'accompagne sur son chemin de vie en respectant ses projets individuels singuliers et particuliers.

Le *snoezelen* n'est ni une rééducation, ni une thérapie, ni une technique. Il n'y a pas d'objectifs pédagogiques précis, de buts à atteindre ou encore d'obligation de résultats.

C'est donc bien une démarche d'*accompagnement relationnel* de la personne, dans le respect de son rythme et de ses choix, avec une grande liberté de propositions, dans le but de rechercher une sécurisation et un bien-être, tout en donnant priorités aux expériences sensorielles.

L'aspect de la sécurité est évidemment essentiel lors des séances. Comme exemple, nous pouvons citer l'importance de la sécurité de

l'environnement physique du matériel mais également la sécurité affective et psychique avec l'accompagnant qui doit être adéquate.

Le snoezelen nécessite également d'être porté par une **équipe bienveillante** et pensante, ce qui permettra de développer une approche humaniste ouvrant à une rencontre authentique avec l'autre. Pour se faire, il doit s'inscrire dans un projet de soin articulé autour du **projet d'établissement**, d'une part, et des **projets individualisés**, d'autre part. Un accompagnement snoezelen non compris par l'équipe soignante pourrait mener à une perte de sens et à une mauvaise visibilité ou une incompréhension par certains membres de l'équipe.

Cette pratique relationnelle nécessite également un **cadre cohérent** et durable au sein de l'établissement à condition qu'elle corresponde à un temps dédié de la vie institutionnelle.

Les effets, confirmés par les équipes, sont intéressants et pertinents surtout dans un suivi à long terme. Le bien-être et les sourires des résidents seront la preuve évidente des bienfaits de la technique. Le regard des équipes pourra alors évoluer.

*Nous pouvons donc conclure en disant que le snoezelen est essentiellement une approche et une philosophie de travail. Les outils utilisés permettent la création d'un lien entre l'accompagnateur et l'accompagné. Néanmoins, ils restent secondaires à la rencontre.*

## 9. Sources

### I. Livre.

- ✓ Quentin O., Godderidge B., d'Arfeuille P. (2016). *Snoezelen « un monde de sens »* (2<sup>e</sup> éd.). France, éditions Pétrarque.

### II. Articles et sites internet.

- ✓ Martin P. (2015). Etat de la recherche clinique sur l'approche Snoezelen utilisée en milieu résidentiel spécialisé. *Revue francophone de la déficience intellectuelle, Volume 26*, p.161-180. Consulté à l'adresse : <https://www.erudit.org/fr/revues/rfdi/2015-v26-rfdi02504/1037056ar/>
- ✓ Pétrarque L'empreinte sensorielle. Guide : Réussir son projet multisensoriel. PDF téléchargé sur : <file:///C:/Users/User/OneDrive%20-%20arcspho.be/Bureau/Snoezelen/Documentation/Guide-Reussir-Projet-Multisensoriel.pdf>
- ✓ Snoezelen en soins palliatifs et accompagnement en fin de vie. PDF téléchargé sur : <https://xsone.org/wp-content/uploads/2017/12/Snoezelen-en-soins-palliatifs-et-accompagnement-en-fin-de-vie-Marie-Christine.pdf>
- ✓ Wikipédia (octobre 2020). Snoezelen. Consulté à l'adresse : <https://fr.wikipedia.org/wiki/Snoezelen>
- ✓ Pétrarque Animagine et Somoba (s.d.). Snoezelen France. Consulté à l'adresse : <https://snoezelen-france.fr/>
- ✓ HopToys (s.d.). Les espaces snoezelen. Consulté à l'adresse : <https://www.bloghoptoys.fr/les-espaces-snoezelen>
- ✓ HopToys (s.d.). Comment le snoezelen aide l'enfant déficient visuel. Consulté à l'adresse : <https://www.bloghoptoys.fr/comment-le-snoezelen-aide-lenfant-deficient-visuel>
- ✓ Ooreka Santé (s.d.). Bienfaits du snoezelen. Consulté à l'adresse :

<https://orthophonie.ooreka.fr/astuce/voir/299568/principe-et-bienfaits-du-snoezelen>

- ✓ Pétrarque l’empreinte sensorielle (2021). Consulté à l’adresse : <https://www.snoezelen-concept.fr/>
- ✓ Réseau Lucioles (s.d.). L’approche Snoezelen : de la rencontre à l’éveil. Consulté à l’adresse : <https://www.reseau-lucioles.org/lapproche-snoezelen-de-la-rencontre-a-leveil/>
- ✓ Soins de support (14/12/2016) Détente et stimulation sensorielle : qu’est-ce que le Snoezelen ? Consulté à l’adresse : <https://www.voixdespatients.fr/detente-stimulation-sensorielle-quest-snoezelen-2.html>
- ✓ Effets snoezelen sur des personnes âgées démentes : résumé de l’étude sur : <https://www.em-consulte.com/article/675611/resume/effets-snoezelen-sur-des-personnes-agees-dementes>
- ✓ Larousse médical : <https://www.larousse.fr/>

### III. Photos.

- ✓ <http://recetteeducative.canalblog.com>
- ✓ <https://www.nenko.com/> - *Toutes les actualités et prix sont à trouver sur leur site internet.*

Avec le soutien de :



**Soins Palliatifs Tournai  
Arcspho**

