

**Durée :**

**2 jours (14 h.)**

**Les participants et leur pré-requis :**

Personnels soignants et auxiliaires de vie, toute personne du secteur Santé Sanitaire & Social, travaillant en institution ou à domicile.

**Notre intervenant :**

Formatrice experte sur les thèmes relatifs à la loi de 2002 : droits fondamentaux, communication, relation d'aide, bien-être et amélioration permanente.

Anciennement enseignante de différentes techniques de gym douce, relaxation et massages, et adjointe de Direction au centre thermoludique Caldéa.

**L'organisation :**

**Lieu :** A déterminer Occitanie

**Dates :** à déterminer

**Horaires :** 08h30 17h00

**Coût par participant :**

**670 € HT  
(804 € TTC)**

**Renseignements et inscriptions :**

**Sabine ACCO**

**Mots clés, fil rouge de la formation :**

**prendre soin, écouter, respecter, accompagner, rassurer, adapter, favoriser, peur, solitude, soucis, vieillissement, douleur, dignité, confort, bien-être, qualité de vie, confiance, estime de soi, goût de vivre...**

**LES OBJECTIFS :**

- Découvrir et préciser l'importance du toucher dans la relation d'aide.
- Faire de la bien-traitance une habitude, un réflexe et une réflexion permanente.
- Adoucir le quotidien par des massages de bien-être, de réconfort.
- Répondre au besoin d'être touché et encore « touchable ».
- Améliorer la communication et la relation aidant-aidé.
- Acquérir les bases et techniques pour la pratique du toucher - massage.

**NOTRE CHOIX PEDAGOGIQUE ET LES MODALITES D'EVALUATION:**

Présenter les exposés théoriques, outils et méthodologies.  
Echanger sur la pratique des participants.  
Mises en situation et exercices pratiques.  
Supervision.

Jeux de rôles, participation active, questions-réponses.  
Remise d'un document de cours aide-mémoire & Boîte à outils.  
Evaluation qualitative en fin de formation effectuée par les participants.  
Délivrance d'une attestation de formation.  
Matériel nécessaire : une tenue confortable : jogging...collant..., une serviette de bain, un plaid, un coussin - Une salle spacieuse.

Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation

**LE CONTENU DE LA FORMATION :**

■ **1ère journée**

- La communication non-verbale et les différents modes d'expression du corps.
- Les droits fondamentaux, la relation d'aide et la bien-traitance.

- Différence entre toucher et massage.
- Le toucher relationnel bienveillant.
- L'auto-massage de l'intervenant : prendre contact avec soi pour prendre soin de l'autre.
- Le toucher et les 5 sens.
- L'image corporelle de la personne âgée, le rapport au corps et l'estime de soi.
- Les conditions de massage-douceur pour les personnes âgées.
- Exercices pratiques : étirements et assouplissement des mains, apprentissage des gestes (rythme, pression).
- La posture du masseur et sa préparation.

## ■ 2ème journée

- Retour d'expérience.
- L'analyse des comportements difficiles ou des réticences.
- Les gestes à ne pas faire.
- Les zones d'élection pour apporter bien-être et réconfort.
- Les différents gestes du toucher : détente, effleurement, pression, enveloppement.
- Le toucher et la fin de vie.
- Pratique du massage : ressenti en tant que massé et masseur.
- La remise en question.
- La mise en application en interne.