

Toucher et massage bien être.

Année 2024

Le toucher-massage, s'inscrit dans la philosophie de la bienveillance¹ : tandis qu'il enchaîne des gestes sur tout ou partie du corps de la personne âgée ou de la personne en situation de handicap, le soignant, disponible et à l'écoute, lui permet de se sentir reconnue en tant qu'être humain à part entière, de prendre conscience de son unité corporelle, de faire un lien avec son histoire... Transmettant le message d'une intention bienveillante, il améliore son état psychique, l'autorisant à se relaxer, se détendre, se rassurer, à recouvrer de la dignité...

La formation apporte des connaissances déclaratives et procédurales indispensables pour faire du toucher-massage bien être, un outil relationnel efficace au service d'une approche corporelle attentive et respectueuse de l'usage de soi et de l'autre en tenant compte de ses particularités, de son âge et de ses besoins. Quand plaisir, joie et satisfaction transparaissent sur le visage de la personne accompagnée, alors le soignant expérimente le sentiment du travail accompli.

► COMPÉTENCE

- ✓ Réaliser des soins de bien-être par le toucher-massage bien être auprès des personnes vulnérables

► PRÉREQUIS

- ✓ Aucun

► PUBLIC

- ✓ Le groupe se compose de 8 (seuil de mise en œuvre de l'action de formation) à 12 personnes (maximum)
- ✓ Les professionnels exercent en établissement ou à domicile, dans le secteur hospitalier, médico-social ou encore en ambulatoire (soins de ville)

► OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

L'action de formation permettra au stagiaire de :

- ✓ Prendre conscience de l'importance du toucher dans la relation soignant/soigné.
- ✓ Connaître le langage du corps pour l'aider à s'apaiser et à se relâcher.
- ✓ Savoir créer un environnement relaxant qui favorise le bien-être.
- ✓ Apprendre les gestes pratiques : les techniques (posture, écoute, accompagnement, respiration, ...), le bien-être, les gestes de massage, le toucher-massage de confort.
- ✓ Savoir intégrer le toucher-massage dans les soins quotidiens.

¹ Selon l'Anesm (2012), la bienveillance constitue un principe guidant l'action soignante collective et individuelle au sein d'un établissement ou d'un service accompagnant les personnes en situation de vulnérabilité. Promouvant le bien-être de l'utilisateur, plus qu'une philosophie, elle s'exprime à travers la posture professionnelle et la personnalisation des prises en soins conduites par les professionnels de santé. Soucieux de l'Autre, ils développent, entre autres, son épanouissement et son estime de soi.

➤ INTERVENANTE

- ✓ Mme Elodie SOUM, DEAS, socio-esthéticienne, diplômée et praticienne en massage bien-être.

➤ METHODES PEDAGOGIQUES

- ✓ La formation se déroule en présentiel sur un mode synchrone, ce qui a pour but de faciliter les échanges au sein du groupe d'apprenants et l'interactivité avec le formateur
- ✓ La méthode transmissive est utilisée à des fins de documentation
- ✓ Les méthodes pédagogiques mobilisées coïncident prioritairement et majoritairement avec les méthodes actives potentialisant la dimension professionnalisante. Le formateur
 - Interrogera les représentations,
 - Invitera au partage d'expérience,
 - Proposera des ateliers de pratique
 - Apportera des connaissances déclaratives, procédurales et expérientielles
- ✓ Du fait de la politique de développement durable, les supports pédagogiques mobilisés en séance par les intervenants sont rendus accessibles au téléchargement, tandis qu'il est possible de prendre des notes en séance, sur un bloc remis à chacun.

➤ PROGRAMME

CONTENUS	Durée	Moyens/Outils pédagogiques	Intervenantes
Jour 1			
- Accueil - Organisation de la formation	0H15	Exposé des modalités matérielles, pédagogiques et organisationnelles	Mme DUPOUY
Présentation des acteurs de la formation par eux-mêmes	00H30	- Tour de table - Jeu de questions/réponses	Mme SOUM
- Le toucher et ses différentes approches - Massage bien-être : différentes techniques ; effets physiques et psychiques ; limites et contre-indications - Approche du toucher massage bien être - Ergonomie « La Bascule du Corps »	03H15	- Mobilisation des représentations/ connaissances - Échanges / Partage d'expériences - Présentation diaporama de documentation	Mme SOUM
Techniques de base : - Prise de contact / Respiration - Massage bien-être habillé - Relaxinésie - Technique de la serviette - Massage bien-être des deux pieds - bercement contact - Les « Pattes de chat » ...	3H00	- Mises en situations et exercices pratique - Echanges et partage d'expérience	Mme SOUM

Jour 2			
- Le langage du corps - Le toucher massage bien-être : intégration dans l'accompagnement quotidien - Protocoles massages bien-être des mains, des pieds, de la tête, du dos et du ventre	3H30	- Mobilisation des représentations/ connaissances - Échanges / Partage d'expériences - Présentation diaporama de documentation	Mme SOUM
Protocoles massages bien-être des mains, des pieds, de la tête, du dos et du ventre	3H30	- Exercices pratiques - Débriefing - Consignes inhérentes au travail intersession	Mme SOUM
Jour 3			
Mise en place du Toucher massage dans le quotidien de l'accompagnant : - bénéfices obtenus (accompagné / accompagnant) - freins/difficultés rencontrés - ressources mobilisées - analyse et réajustement opérés - axes d'amélioration identifiés	4H00	- Retour d'expériences - Analyse de pratiques professionnelles	Mme SOUM
Initiation au Amma assis pour partager entre collègues	2H00	- Présentation d'un diaporama de documentation - Travaux pratiques - Débriefing	Mme SOUM
Evaluation instantanée de la formation	0H30	- Saisie du questionnaire en ligne - Echanges	Mme DUPOUY

Il est à noter que l'intervenant est autorisé à faire évoluer le programme en fonction de la dynamique de groupe instaurée par les stagiaires, des connaissances énoncées ou des questionnements formulés.

EVALUATION

- ✓ A l'entrée en formation, chaque stagiaire reçoit un lien actif pour télécharger et compléter une fiche de non-conformité s'il souhaite déclarer un événement indésirable
- ✓ En fin de session, il
 - reçoit un certificat de réalisation
 - complète en ligne un questionnaire semi-ouvert et échanges avec le coordinateur pédagogique pour évaluer la qualité de l'action de formation et notamment son impact sur les pratiques professionnelles à venir.
- ✓ dans les jours qui suivent, les organismes payeurs et les intervenants peuvent prendre connaissance des éléments évaluatifs par courrier électronique.

➤ DATES, HORAIRES, LIEU

- ✓ La formation est programmée sur 3 journées non consécutives : **05, 06 et 28 mars 2024**
- ✓ Chaque journée débute à **9H00** et se termine à **17H00** (1H de pause déjeuner)
- ✓ Les stagiaires se rendront au Centre de Formation des Personnels de Santé.

➤ LOGISTIQUE

- ✓ Le parking du CFPS est accessible 24/24H et le stationnement gratuit.
- ✓ Pour déjeuner, il est possible de
 - se restaurer au self situé sur le site, pour un montant de 8.50€ facturé à l'établissement employeur
 - de porter son repas conditionné et de le consommer sur place dans le lieu de convivialité du CFPS (micro-ondes)
 - acheter dans un distributeur des produits transformés sucrés et salés (attention toutefois : élèves et étudiants sont nombreux sur site)
- ✓ Deux distributeurs proposent également dans le hall des boissons chaudes (cafés, chocolat, thés, potages ou autres plaisirs gourmands) réglables en monnaie ou carte bancaire.

➤ INSCRIPTIONS

- ✓ Les inscriptions sont attendues 1 mois avant le début de la formation.
- ✓ N'hésitez pas à nous contacter après cette date car le groupe ne sera peut-être pas complet

➤ TARIF pour la SESSION de formation (3 jours)

- ✓ La participation de chaque stagiaire est facturée au tarif de 405€
- ✓ Toute annulation d'inscription portée à la connaissance du CFPS le jour d'entrée en formation ou dans les 14 jours qui précèdent, induit le paiement d'une indemnité correspondant à 30% du montant dû en substitution de la facturation initiale.
- ✓ Toute formation débutée conduit au règlement de la totalité de la somme due, indépendamment du temps de présence de la personne inscrite
- ✓ Le remplacement d'un agent par un autre, autorisé jusqu'au dernier moment, n'entraîne aucune pénalité
- ✓ Si l'inexécution totale ou partielle de la prestation est imputable à l'organisme de formation ou résulte d'éléments extérieurs, aucune somme ne pourra être exigée.

➤ INDICATEURS QUALITE pour l'année 2023

- ✓ Nombre de stagiaires : 5
- ✓ Satisfaction générale : 100 %
- ✓ Projection relative au réinvestissement dans la pratique quotidienne : 100 %
- ✓ Motivation à conseiller la formation aux collègues : 100 %
- ✓ Evolution des compétences : + 53.33 %