

**FORMATION ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE AGÉE
ET/OU HANDICAPEE PAR LE TOUCHER ET LA RELAXATION
MENTALE**
(formation particuliers)

Intitulé de la Formation : Formation Accompagnement de la personne âgée et/ou handicapée par le toucher et la relaxation mentale

Objectifs de la formation :

Acquérir un ensemble d'outils de massage et de relaxation pour s'occuper de personnes âgées et/ou handicapées

- Prendre en charge une personne âgée et/ou handicapée et lui proposer des protocoles de massage
- Conduire une séance, réaliser des protocoles bien-être, choisis par le client
- Développer une activité professionnelle « non thérapeutique », ou travailler pour un centre spécialisé
- Améliorer sa pratique et développer de nouvelles compétences en lien avec le métier

Public visé : Tout public

Les connaissances préalables requises : (Baccalauréat)

L'organisation et le fonctionnement de la formation :

- **Durée :** 120 H
- **Horaires :** 9 h / 16 h
- **Rythme :** la semaine du lundi au vendredi
- **Organisation pédagogique :** formation en présentiel

Sanction de stage : Attestation de stage

Les moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre :

- **Moyens pédagogiques :** supports électroniques, films, mises en situation
- **Moyens techniques à disposition :** vidéo projecteur, table de massage, matériel de massage (linge, huile, tables, matelas...)
- **Moyens d'encadrement :** Nathalie PARAYRE, directrice de l'école et une équipe de formateurs diplômés.

Le dispositif de suivi et d'évaluation de la formation :

- **Le suivi :** feuille de présence signée des stagiaires et du formateur par demi-journée
- **Les attestations de présence :** attestation de présence individuelle remise au stagiaire en fin de formation
- **Les appréciations des résultats :** un document papier est fourni à chaque stagiaire en fin de formation pour évaluer les cours

PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION **ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE AGÉE ET/OU** **HANDICAPÉE PAR LE TOUCHER ET LA RELAXATION** **MENTALE :**

Accueil

Anatomie palpatoire

Pratique du toucher :

*** Les massages :**

- Grands principes du massage
- Massage Arnika
- Réflexologie plantaire
- Massage spécifiques : handicap, personnes âgées
- Training en maison de retraite et/ou en centre spécialisé

*** L'Ayurvéda:**

- Les grands principes de la médecine ayurvédique
- Massage Abhyanga
- Massage indien de la tête, massage des pieds au bol kansu

*** La relaxation mentale:**

- Découvertes des principes de sophrologie
- Découverte des principes de la pleine conscience et de la méditation