

INFORMATIONS

FORMATION ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE AGEE ET/OU HANDICAPEE, PAR LE TOUCHER ET LA RELAXATION

Document mis à jour le 23/08/2023- V4

Intitulé de la Formation : formation accompagnement de la personne âgée et/ou handicapée par le toucher et la relaxation

Objectifs de la formation :

- Acquérir un **savoir-faire** dans la pratique du massage autour d'un fauteuil roulant et l'utilisation des outils de relaxation, issus de la sophrologie, afin de permettre la détente des personnes âgées et/ou en situation de handicap
- Développer un **savoir-être** auprès des personnes fragilisées grâce à une posture bienveillante et généreuse

Compétences préparées :

- Réaliser un massage intuitif, sur une personne en fauteuil roulant
- Effectuer des séances de relaxation auprès de personnes âgées et/ou en situation de handicap
- Utiliser des huiles essentielles de bien-être, en olfaction, sur des protocoles de relaxation

Public visé : professionnel du bien-être ou toute personne porteuse d'un projet professionnel bien-être

Accessibilité Personnes Handicapées : toutes nos formations théoriques peuvent être étudiées pour être accessibles aux personnes handicapées. Quelques soient vos difficultés (lecture, compréhension, fatigue intellectuelle ou physique, handicap moteur ou mental) nous cherchons à nous adapter pour vous proposer des modalités pédagogiques facilitant l'adaptation des parcours au besoin de chacun. Pour les formations pratiques (apprentissage massages), les possibilités sont à étudier en fonction du handicap. Nous disposons de tous nos cours au format papier, électronique, ou pour certains cours, au format vidéo. Personne référente à contacter : Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12.

Les connaissances préalables requises : aucune

Prérequis techniques, pour les formations à distance : accès à un ordinateur ou à une tablette fonctionnelle avec des logiciels à jour permettant d'écouter des fichiers multimédias et une connexion internet opérationnelle.

L'organisation et le fonctionnement de la formation :

- **Personne chargée des relations avec le stagiaire :** Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12., ecolearnika@gmail.com, du lundi au vendredi de 9H à 19H (assistance technique et pédagogique)

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

- **Moyens pédagogiques :** pratiques en duo ou trio avec d'autres stagiaires, ou sur modèle, sur table ou chaise de massage, futons, méthode active et participative
- **Moyens techniques à disposition pour le présentiel :** espace de formation, tables, housses de table, fauteuil ou chaise, supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens techniques à disposition pour la correspondance :** supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens d'encadrement :** Nathalie PARAYRE, responsable de la formation et une équipe de formateurs expérimentés

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

- **Le suivi :** tout au long de la formation et ce, quelle qu'en soit la durée, les formateurs valident la compréhension et l'acquisition des connaissances de l'apprenant
- **Les attestations de présence :** attestation de présence individuelle remise au stagiaire en début de formation à signer chaque jour de présence (sauf pour la correspondance)
- **Les appréciations des résultats :** feuille d'évaluation fournie au stagiaire en fin de formation pour l'évaluation des cours

Modalité de règlement : le stagiaire s'engage à effectuer un premier versement d'un montant équivalent à **30 % du coût de la formation** au terme du délai de rétractation en vigueur noté sur le contrat (14 jours). Le paiement du solde est effectué selon les éléments signifiés dans le contrat.

Formateurs potentiels :

- **LEBRUN MARIE-CHRISTINE**
NATUROPATHE – REFLEXOLOGUE - AROMATHERAPEUTE
DOMAINE D'INTERVENTION : AROMATHERAPIE
 - **CHRISTINNE MONTAUDIE**
DIETETICIENNE - CONSEILLERE FLEURS DE BACH AGREEE PAR LE CENTRE BACH
(GB)
DOMAINE D'INTERVENTION : FLEURS DE BACH
 - **JAY CELIA**
NATUROPATHE – REFLEXOLOGUE – ANCIEN EDUCATEUR SPORTIF
DOMAINES D'INTERVENTION : ALIMENTATION SANTE – BILAN VITALITE –
REFLEXOLOGIE PLANTAIRE – CHI NEI TSANG - PHYTOTHERAPIE
 - **BARRALY LUCIE**
SOPHROLOGUE - EDUCATEUR SPORTIF
DOMAINE D'INTERVENTION : SOPHROLOGIE
 - **PARAYRE NATHALIE**
REFERENTE ADMINISTRATIVE – SUIVI DES FORMATEURS ET DES STAGIAIRES
PRATICIENNE EN SOPHROLOGIE HYPNOSE ET MASSAGES – INTERVENANTE EN
SOPHROLOGIE, MASSAGES ET BILANS
- Cette liste n'est ni contractuelle ni exhaustive, la société NP Conseil et Formation se réservant le droit de modifier ou d'ajouter des professeurs ou des intervenants en fonction des compétences et des disponibilités de chacun.
 - La CV thèque des intervenants, accessible sur le site internet : www.arnika-formation.com

MODALITES D'APPRENTISSAGE

A distance avec regroupement :

Durée estimée : 190H

Détail des activités pédagogiques attendues du stagiaire :

- Acquisition des connaissances et compétences pratiques et théoriques grâce à des supports de cours (temps estimé **150H**) (en rapport à la durée constatée en formation de groupe)
- Regroupements avec un professeur en visioconférence (la relaxation 6H / les bases des huiles essentielles 2H) et présentiel (pratique de massages relaxants 3H). (Temps total estimé à **11H**)
La répartition des temps peut varier en fonction des besoins des stagiaires
- Entraînements aux pratiques de massage et de relaxation (temps estimé à **30H**)
- Évaluation (temps estimé 1H)

Rythme : entre 3 et 6 mois de formation, en fonction de vos disponibilités

Organisation pédagogique du centre de formation :

- Envoi des supports de cours au stagiaire au format PDF ≈ 180 pages

Méthode pédagogique : affirmative (transmission d'un savoir), interrogative (échange et débat), active (mise en situation) démonstrative (visualisation et reproduction), expérientielle (expérimentation), heuristique (brainstorming)

Assistance technique et pédagogique : Nathalie Parayre 09.70.92.12.12.

Procédure de validation des compétences : mise en situation (un massage et une relaxation)

Sanction : attestation de formation

Tarif : 2130 € (tarif individuel) 2386 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

Frais de dossier : 150€

Parcours pédagogique de formation pour atteindre les objectifs fixés

Chemin à parcourir pour atteindre les objectifs de formation :

- Réception des cours
- Exploitation de ressources (selon les cours : lire, écouter, visionner)
- Appropriation par des activités (selon les cours : mémorisation, application, reformulation, transposition, construction, comparaison, critique, synthèse, évaluation, ...)
- Regroupements
- Évaluation

Le suivi pédagogique :

Il consiste à accompagner l'élève dans sa progression vers son objectif. Divers documents sont proposés dont l'évaluation des acquis de début et de fin et le livret stagiaire.

Détails sur les regroupements (les plannings sont disponible sur le site) :

Les regroupements ont lieu sur 2 à 3 heures

Ils permettent de ne pas laisser le stagiaire seul face à ces cours. Le lien avec les intervenants rassure le stagiaire et le met en confiance sur ses apprentissages, sans entamer son autonomie. Lors des regroupements, il peut faire un point sur l'avancée de son travail et poser les questions en suspens sur les sujets étudiés. Les regroupements se font autour des grands thèmes :

- les thématiques mentales (le mental et les outils de relaxation)
- les thématiques du corps (les pratiques de massage)

Chaque intervenant fixe un thème en avance, mais il se met aussi à la disposition des stagiaires pour répondre aux questions, expérimenter des pratiques manuelles, ou étudier des cas pratiques.

L'école privilégie les tous petits groupes pour favoriser le mentorat et le travail entre pairs. Nous ne prenons pas plus de 6 personnes pour faciliter les échanges.

- Les regroupements sur la théorie se font en visio-conférence afin de permettre au stagiaire de gagner du temps et de ne pas avoir de frais de déplacement et de logement.

- Les regroupements sur la pratique se font en présentiel sur Launaguet, au centret So-phro, 107 Chemin de la Palanque. Notre espace se situe dans une maison individuelle, dans le calme de la campagne toulousaine. Pour les stagiaires ne pouvant pas se déplacer, des vidéos sont proposées.

PROGRAMME DETAILLE
FORMATION ACCOMPAGNEMENT DE LA PERSONNE AGEE ET/OU
HANDICAPEE PAR LE TOUCHER ET LA RELAXATION
(SUPPORTS PEDAGOGIQUES NUMERIQUES DE 180 PAGES)

(Cours sur « les bases de l'Anatomie », non faits en présentiel, envoyé par mail avant la formation)

Accueil

* **La relaxation :**

- Bilan émotionnel pour le stagiaire
- Disfonctionnement du mental et stress
- Découverte des principes de relaxation

* **Les massages :**

- Protocole de massage de la personne en fauteuil roulant
- Découverte des points de réflexologie plantaire

* **La relaxation par les plantes :**

- Découverte des Fleurs de Bach
- Découverte des huiles essentielles en olfaction

Création d'activité :

- Projeter une activité
- Oser se lancer
- Savoir se vendre

Les mises en situation (Uniquement pour les groupes, lorsque la situation sanitaire le permet) :

- Mise en situation lors de journées spéciales, en maison de retraite, en institut pour handicapés moteurs ou mentaux, à l'école pour des journées tout public

Le programme peut varier légèrement en fonction de la disponibilité des formateurs, certains cours pouvant être remplacés aux profits d'autres, sans pour autant remettre en question les objectifs de la formation ni les compétences attendues pour le stagiaire à la fin de sa formation.

REGLEMENT D'EVALUATION POUR LA FORMATION

Nos formations ne sont pas reconnues par l'état, nous attestons d'une formation au sein d'une école privée

Les compétences à acquérir, pour obtenir l'attestation de formation, pour la formation sont les suivantes :

- Réaliser un massage intuitif, sur une personne en fauteuil roulant
- Effectuer des séances de relaxation auprès de personnes âgées et/ou en situation de handicap
- Utiliser des huiles essentielles de bien-être, en olfaction, sur des protocoles de relaxation

Afin de savoir si le stagiaire a acquis ces compétences à la fin du cursus, il est soumis aux épreuves suivantes :

- **Mise en situation sur un protocole de massage :**

Le stagiaire effectue un massage sur une personne en fauteuil roulant (ou, si le stagiaire ne connaît pas de personne en fauteuil roulant, sur une personne assise sur une chaise à dossier)

- **Mise en situation sur une séance de relaxation :**

Le stagiaire effectue une séance de relaxation sur une personne du centre de formation ou, exceptionnellement, s'il ne peut se déplacer, sur une personne de son entourage. Il se met en situation pour valider toutes les compétences attendues

A travers ces différentes évaluations, le stagiaire doit montrer qu'il est capable de :

- Réaliser un massage intuitif, sur une personne en fauteuil roulant
- Effectuer des séances de relaxation auprès de personnes âgées et/ou en situation de handicap
- Utiliser des huiles essentielles de bien-être, en olfaction, sur des protocoles de relaxation

Pour les personnes en formation à distance, ces mises en situation seront filmées par le soin du stagiaire et envoyées par mail à la personnes responsable des stagiaires (Nathalie Parayre : ecolearnika@gmail.com) pour validation des acquis en fin de formation.

Pour recevoir son attestation de formation, le stagiaire doit :

- Avoir suivi la totalité de la formation
- Obtenir l'appréciation « acquis » ou « en cours d'acquisition » à ses mises en situation
- Avoir rendu les fiches d'évaluation des acquis de fin de formation et de satisfaction
- Avoir réglé la totalité des frais de formation

En cas de non réussite, le stagiaire peut repasser les épreuves jusqu'à réussite, sur une durée d'un an. Le coût de ce rattrapage est de 100€ par passage (pratique et théorie).

A la suite de la formation, le stagiaire se verra remettre une **Attestation de Formation**.

DATE :

SIGNATURE STAGIAIRE (précédée de la mention lu et approuvé, bon pour accord) :