

---

## Programme de Formation

---

### Le toucher massage dans la relation aux soins

---

#### Organisation

---

**Durée :** 37 heures et 30 minutes

**Mode d'organisation :** Présentiel

---

#### Contenu pédagogique

---



##### **Public visé**

Professionnels impliqués dans les soins (Aide-soignant, Infirmier, Manipulateur)



##### **Objectifs pédagogiques**

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Mettre en œuvre les principes du toucher relationnel et du toucher massage
- Réaliser les différents types de toucher massage réalisables
- Utiliser les principes du toucher relationnels lors des soins
- Adopter une attitude adaptée lors de la réalisation d'un toucher massage auprès d'un patient

Les objectifs pédagogiques :

- Sensibiliser et dédramatiser le toucher
- Développer le sens du Toucher dans ses aspects fondamentaux
- Prendre conscience de nos façons d'être avec autrui et avec le monde
- Prendre en compte l'importance du toucher dans la relation
- Acquérir les bases et techniques indispensables à toutes relations d'aide



##### **Déroulé détaillé**

###### Jour 1

8h45 - Accueil

9h00 - 10h30

- Présentation des participants
- Exercices de contact et confiance
- Les principales manœuvres Anti-Stress

10h45 - 12h30 : Le massage Anti-stress

13h30 - 15h45 :

- Le toucher-massage des membres inférieurs (jambes et pieds)
- Le toucher-massage des membres supérieurs (bras et mains)

16h00 - 17h30 : Massage de la nuque et du visage

###### Jour 2

8h45 - Accueil

9h00 - 10h30

- Echauffements et jeux de confiance
- Sensibilisation au Shiatsu
- Exercice ludique au sol



10h45 - 12h30 : La relaxinésie et le Stretch-Massage du bas du corps sur table

13h30 - 15h45 :

- Le toucher-massage des membres inférieur et pieds complet
- La relaxinésie et Stretch-Massage du haut du corps sur table (1 passage)

16h00 - 16h15 : La relaxinésie et Stretch massage du haut du corps sur table (2 passage)

16h15 - 17h30 : Massage de la nuque et du visage

### **Jour 3**

8h45 - Accueil

9h00 - 10h30

- Recueil des ressentis et des mises en application
- Echauffements et techniques respiratoires
- Le Toucher-Massage du dos position assise

10h45 - 12h30 : Le Toucher-Massage des membres inférieurs et des pieds, allongé sur le ventre

13h30 - 15h45 :

- Le Toucher-Massage du dos sur table
- Le Toucher-Massage du dos sur le côté

16h00 - 16h45 : Le Massage de la nuque complet

16h45 - 17h30 : Le Massage du visage

### **Jour 4**

8h45 - Accueil

9h00 - 10h30

- Echauffement, respiration et jeux collectifs
- La Relaxinésie et Stretch-Massage complet sur table

10h45 - 12h30 :

- Le Toucher-Massage complet des membres supérieurs
- Le Toucher-Massage abdominal

13h30 - 15h45 :

- Le Toucher-Massage des membres inférieurs à 4 mains
- Exercice ludique sur le massage du dos (1 passage)

16h00 - 17h30 : Exercice ludique sur le massage du dos (2 passages)

### **Jour 5**

8h45 - Accueil

9h00 - 10h30

- Exercice de contact collectif
- Le Toucher-Massage du dos en position assise en table tournante

10h45 - 12h30

- Le Toucher-Massage des bras et des mains à 4 mains
- Le Toucher-Massage abdominal

13h30 - 15h45

- Le Toucher-Massage complet du dos sur table
- Le massage de la nuque et du visage

16h00 - 17h30

- Analyse de pratique en groupe
- Evaluation individuelle de la formation
- Evaluation finale des connaissances acquises

17h30 - Fin de la formation



### ***Modalités pédagogiques***

Nos formations ont lieu principalement en présentiel sur l'un des deux sites de l'ICO pour favoriser les échanges et les partages d'expérience.



### ***Moyens et supports pédagogiques***

- Exposés théoriques : diaporamas
- Démonstration et mise en situation pratique par binôme d'apprenants
- Analyse de pratique de la formation



### ***Modalités d'évaluation et de suivi***

- Recueil des besoins et attentes avant la formation
- Autoévaluation par l'apprenant de l'atteinte de l'objectif opérationnel à l'issue de la formation
- Enquête de satisfaction "à chaud"
- Grille de suivi à distance
- Bilan de la mise en application à partir de 3 mois