



ISL Aromathérapie

Isabelle Sogno Lalloz

Formations en thérapies naturelles et soins de support

Atelier Toucher Détente - Niveau Découverte

Durée : 5 heures (13h00 / 18h00)

Type d'action : Présentielle

Public Visé : tout personnel soignant, ou toute personne en lien avec la personne fragilisée par l'âge, le handicap ou la maladie.

Prérequis : Aucune connaissance précise n'est requise.

Contexte : Le toucher est un phénomène biologique et social qui existe dans toutes les cultures humaines et dans le monde animal. Lorsqu'une personne fragilisée par l'âge, le handicap ou la maladie, manque de toucher bienveillant et attentionné, un syndrome connu sous le nom de «faim de toucher» peut se produire. Or utiliser des techniques de toucher très simples peut remédier à cette isolation et apaiser autant le « donneur » que le « receveur ». Cet atelier pratique vous aidera à adopter le toucher-détente pour soulager et apporter du bien-être.

Objectifs de l'Atelier

A la fin de cet atelier le stagiaire saura situer le toucher dans ses aspects sensoriels et relationnels et à identifier la nature du toucher dans les soins.

Il sera capable de pratiquer un soin simple de toucher détente, adapté à toutes personnes désireuses de le recevoir.

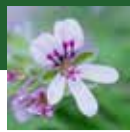
Contenu

- Réflexion sur l'effet que peut avoir le toucher détente sur les personnes le recevant et sur les personnes le pratiquant.
- Découverte des techniques simples de « protection » de soi de son environnement de travail à mettre en place pour le bien-être de tous.
- Comprendre les différents types de toucher (professionnel vs expressif vs thérapeutique)
- Explorer le toucher (niveau de pression, texture, rythme, température)
- Apprendre un soin doux basé sur la méthode HEARTS

Méthodes et moyens pédagogiques utilisés

- Exercices d'exploration du toucher seul puis en binôme retour au groupe (savoir toucher et être touché en gardant une juste distance)
- Pratique d'exercices de centrage et de visualisation pour être conscient de ses émotions
- Présentation et fiches pratiques pour un protocole de soin
- Démonstration et pratique entre collègues de protocoles simples
- Tables de massages
- Lecteur CD et CDs de relaxation
- Remise d'un support papier à chaque participant

La formation suit les méthodes pédagogiques validées par la HAS et répond aux orientations nationales et comportera de ce fait 2 étapes : l'analyse des pratiques et la mise à jour des connaissances.



Atelier Toucher Détente - Niveau Découverte (suite)

Nature et sanction de la formation : Cette formation constitue une action d'adaptation et de développement des compétences. Elle donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation.

Modalités d'évaluation : Tests réguliers de contrôle des connaissances, QCM et grille d'évaluation personnelle. L'évaluation des apprentissages se fera tout au long des deux jours mais également au travers d'un questionnaire en fin de formation. Celui-ci permet de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l'atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance).

Intervenant (nom et formation principale) : Isabelle SOGNO LALLOZ Diplômée d'aromathérapie clinique et holistique, praticienne de massage bien-être depuis 15 ans, intervenante hospitalière en toucher-détente et aromathérapie.

Modalités pratiques :

La formation aura lieu à Grasse

Horaires : de 13h à 18h (Total 5 heures)

Nombre d'inscrits 8 personnes maximum par session

Les participants devront porter une tenue confortable sans talons, sans bague, ni bijoux pendants
Il leur sera demandé d'amener des draps de bains, serviette, couvertures personnelles

Frais de participation : Voir devis et Conditions Générales de Vente (CGV)

Renseignements et inscriptions : Isabelle Sogno Laloz : 06 70 50 53 25, isabelle@isl-aromatherapie.com

Bibliographie de la formation

- Combining touch and relaxation skills for cancer care, the hearts process, Ann Carter, Singing Dragon (2019)
- Handbook of massage therapy a complete guide for the student and professional massage therapist, Mario-Paul Cassar Butterworth-Heinemann (2002)
- La peau et le toucher - Un premier langage de Frédéric Leboyer et Ashley Montagu (1 octobre 1979)
- Le toucher au cœur des soins Phase 1, Guide pour la pratique, la formation et l'évaluation en soins infirmiers, Groupe national Toucher S.F.A.P. Société Française d'Accompagnement et de Soins Palliatifs (2007)
- Le Toucher-massage de Joël Savatofski (28 janvier 2010)
- Rapport Le toucher au cœur des soins SFAP (version courte en Annexes)

- Principles of anatomy and physiology, Tortora et Grabowski, John Wiley and Sons Inc (2003)
- The muscle book, Paul Blakey, Bibliothek Books (2000)