

# L'Ecole du Massage

25 rue Saint Gatien

37100 Tours

Email: [contact@lecoledumassage.fr](mailto:contact@lecoledumassage.fr)

Tel: +33622612612



L'école du Massage

## Accompagnement 3ème Âge

*Chaque âge s'accompagne de changements physiques, émotionnels et énergétique. La vieillesse oblige à ralentir, à prendre du recul. Cette formation apprend à s'adapter aux besoins spécifiques de chacun et aux exigences de l'environnement. Elle aide à mieux comprendre les attentes de ce public et d'y répondre plus facilement.*

**Durée :** 16.00 heures (2.00 jours)

**Horaires :** De 8h30 à 13h00 et 14h00 à 18h00

**Lieu :** Présentiel - L'Ecole du Massage 25 rue Saint Gatien 37100 TOURS

**Accessibilité :** Les locaux sont accessibles aux personnes à mobilités réduites. Des mesures peuvent être mises en place pour faciliter l'accès aux personnes en situation de handicap..

### Profils des stagiaires :

- Professionnel du bien être
- Personne travaillant au contact des personnes âgées
- Particulier aidant

### Prérequis :

- Aucun

### Objectifs pédagogiques

- Apprendre un massage des mains, des épaules et des pieds adaptés à un public sénior.
- Comprendre les besoins et adapter les massages bien-être
- Créer des conditions favorables à l'établissement d'une relation de confiance
- Choisir votre produit et organiser l'espace pour optimiser le confort de chacun
- Les postures : s'adapter aux différentes installations

### Contenu de la formation

- Théorie
  - Introduction
  - S'adapter à la retraite
  - Un corps en pleine évolution

L'Ecole du Massage | 25 rue Saint Gatien Tours 37100 | Numéro SIRET: 83797143100015 | Numéro de déclaration d'activité: 24370388537 (auprès du préfet de région de: Région Centre)

- Prise en Charge
  - Questionnaire
  - Installation
  - L'état d'esprit
- Techniques de massage
  - Les Mains
  - Les Epaules et la Nuque
  - Les Pieds

## Organisation de la formation

**Equipe pédagogique : Marie BLASZCZYK**

### Déroulé de la formation

Jour 1

9h00-9h30	Accueil + présentations + questionnaires
9h30 - 11h30	Théorie + Quiz
11h30 - 11h45	Pause
11h45 - 13h00	Pratique individuelle
14h00 - 15h45	Pratique Groupe 1
15h45 - 16h00	Pause
16h00 - 17h45	Pratique Groupe 2
17h45 - 18h00	Quiz

Jour 2

9h00-9h30	Accueil + Installation
9h30 - 11h30	Pratique Groupe 1
11h30 - 11h45	Pause
11h45 - 13h00	Pratique Groupe 2
14h00 - 15h00	Pratique Groupe 1
15h00 - 16h00	Pratique Groupe 2
16h00 - 16h15	Pause
16h15 - 17h45	Evaluation
17h45 - 18h00	Conclusion + Questions / réponses

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Exposés théoriques
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- Pratique en situation

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

- Certificat de réalisation de l'action de formation.

#### **Qualité et indicateurs de résultats**

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

Mis à jour le : 07/12/2023