



Zen Attitude
Formations



MASSAGE DE LA PERSONNE ÂGEE

UN TOUCHER BIENVEILLANT POUR ACCOMPAGNER
AVEC DOUCEUR ET RESPECT

Cette formation propose une approche spécifique du **massage bien-être adapté aux besoins des personnes âgées**, en tenant compte de leur fragilité, de leur histoire corporelle et émotionnelle.

Elle vise à offrir un **toucher réconfortant, à préserver le lien social et à stimuler en douceur la circulation, la mobilité et la vitalité**.

Un toucher sensible et respectueux, pour **apaiser, valoriser et accompagner** la personne âgée avec humanité et écoute.



☞ Moyens pédagogiques et Méthode :

- PowerPoint
- Livret pédagogique
- Exercices pratique et mises en situation

☞ Mise à disposition du matériel

- Vous devrez cependant vous munir d'**un galet de cohérence cardiaque, obligatoire pour le suivi pédagogique** de la formation.

Celui-ci est à acheter séparément via le lien suivant : <https://www.ags-lab.com/ZenAttitude/zenspire>

☞ Modalités d'évaluation :

- Entretien et auto-évaluation en amont de la formation
- Exercices pratiques et mises en situation pendant la formation
- QCM et évaluation pratique en fin de formation

Les + de cette technique en milieu hospitalier :

- ✓ Soulagement physique adapté à la fragilité du grand âge
- ✓ Action apaisante sur le système nerveux
- ✓ Apporte une réponse aux besoins fondamentaux de contact et de reconnaissance
- ✓ Méthode intégrable dans les soins
- ✓ Humanisation du milieu hospitalier

☞ Durée : 2 jours/12 heures

☞ Objectifs :

- Acquérir les **gestes adaptés et sécurisés** pour le grand âge
- Comprendre les **enjeux relationnels et émotionnels** liés au massage des aînés
- Savoir **adapter sa posture, sa pression et sa présence**
- Offrir un soin porteur de **bien-être, de dignité et de réconfort**
- Connaître les **bases de l'anatomie humaine**

☞ Pour qui ?

- Praticiens en massage bien-être, soignants, aidants
- Intervenants en EHPAD, milieu hospitalier ou à domicile
- Formation accessible sans prérequis médical, mais avoir suivi au moins 1 formation massage corps est conseillé.

☞ **Tarif de la formation :** Particulier : **460 €***; Professionnel - Prise en charge à 100% (pas de CPF) : **700€***; Entreprises et établissements hospitaliers : **nous consulter**

☞ **Horaires des jours de formations :** Les horaires peuvent varier selon la session choisie (voir calendrier)

☞ **Lieu des formations :** 4, rue Saint André 30210 REMOULINS ou en entreprise

☞ **Dates de formation et modalités d'accès :** Voir calendrier et CGV

☞ **Handicap :** Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Il faudra cependant préciser la nature de celui-ci lors de votre inscription afin de nous permettre d'adapter la formation à votre situation.

☞ **Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation**

☞ [Voir le CV de la formatrice](#)

* Voir Conditions Générales de Vente sur www.zen-attitude-formations.com