



# IFJS

INSTITUT DE FORMATION  
AU TOUCHER MASSAGE®

## Massage Bien-Être et Accompagnement à la Santé (Personnes Âgées, Douleur et Soins de Support)

Le massage bien-être est un outil précieux pour accompagner les personnes âgées et celles en soins de support. Il contribue à soulager la douleur, améliorer le confort et favoriser le bien-être global. Cette formation vise à transmettre des techniques adaptées aux spécificités du vieillissement et aux besoins des personnes fragilisées.

**Durée :** 3.00 jours (21.00 heures)

### Profils des apprenants

- Toute personne ayant une expérience en massage (certificats à l'appui) ou ayant suivi la formation "Massage Essentiel Niveau 1".
- Professionnels de la santé, du bien-être et de l'accompagnement.

### Prérequis

- Expérience en massage ou participation à la formation "Massage Essentiel Niveau 1".

### Accessibilité et délais d'accès

Prise en compte du handicap : Mme Armelle SIMON- [armelle.simon@ifjs.fr](mailto:armelle.simon@ifjs.fr).

15 jours (sous réserve de places disponibles).

### Qualité et indicateurs de résultats

Nouvelle programmation 2025.

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux et bénéfices du massage bien-être pour les personnes âgées et en soins de support.
- Acquérir des techniques spécifiques pour soulager la douleur et améliorer le confort des personnes massées.
- Développer une posture et une gestuelle adaptées pour un massage sécurisé et efficace.
- Savoir adapter les séances aux besoins spécifiques des bénéficiaires.
- Intégrer le massage bien-être dans une approche globale d'accompagnement à la santé.

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

- Concevoir et adapter les séances aux besoins spécifiques des bénéficiaires.
- Garantir une posture et une gestuelle adaptées pour un massage sécurisé et efficace.
- Maîtriser des techniques spécifiques pour soulager la douleur et améliorer le confort des personnes massées.

## Contenu de la formation

- Comprendre et appréhender le massage bien-être pour les personnes âgées et en soins de support :
  - Les enjeux du massage bien-être dans l'accompagnement des personnes âgées, douleur et soins de support.
  - Les spécificités du vieillissement : aspects physiologiques, psychologiques et sociaux.
  - Les préalables pédagogiques et adaptatifs : compréhension des douleurs chroniques, des pathologies courantes, des sensibilités cutanées et des contre-indications.
  - Approche éthique et bienveillante : l'importance du respect et de la communication non verbale.
  - Techniques d'approche douce et rassurante : apprendre à adapter son toucher et son contact.
- Adapter et perfectionner les gestes du massage bien-être :
  - Toucher réconfortant pour les articulations douloureuses.

IFJS Institut de formation au Toucher-Massage | 12 rue du golf QUETIGNY 21800 | Numéro SIRET : 49144813000022 |  
Numéro de déclaration d'activité : 26.21.01553.21 (auprès du préfet de région de : Préfecture Bourgogne Franche Comté)  
*Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.*

- Techniques de massage sur chaise et en position allongée.
- Massage des mains et des pieds : zones stratégiques pour un apaisement global.
- Massage et gestion de la douleur, mise en application :
  - L'impact du toucher sur la gestion de la douleur : bases neuroscientifiques et effets physiologiques.
  - Ajustement de la pression et du rythme en fonction des pathologies et sensibilités individuelles.
  - Techniques spécifiques d'enveloppement et d'apaisement : comment renforcer la sensation de sécurité et de bien-être.
  - Adapter le massage dans un cadre professionnel : travail en structure de soins, domicile ou cabinet.

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Formateurs soignants, certifiés et experts dans l'accompagnement des publics fragiles.

### Méthodes et ressources pédagogiques

Pour l'ensemble des formations proposées, notre pédagogie s'appuie sur **4 points fondamentaux** :

- 1- Une équipe expérimentée formée à notre pédagogie.
- 2- Une pédagogie adaptée, fondée sur la confiance en soi.
- 3- La pratique et l'expérience fondatrices de l'apprentissage.
- 4- Des techniques éprouvées, évolutives et créatives.

- Nos méthodes privilégient les apprentissages en binômes, les démonstrations des formateurs, les mises en situations professionnelles concrètes, les temps d'analyse des pratiques autour de ce que chacun a pu expérimenter et les apports théoriques. Les préalables "IFJS" sous forme d'exercices ludiques permettant à chacun de se sentir en confiance, de faciliter les apprentissages, d'intégrer en douceur et en toute simplicité, la gestuelle.
- Ressources pédagogiques : Support de formation remis à chaque participant. Accès à un espace apprenant tout au long de la formation (compléments de supports pédagogiques, documents informatifs, forum d'échanges).
- Lieux de formation : Les locaux sont conformes à la législation en vigueur en matière de sécurité et d'hygiène ; et répondent aux directives financières. Mise à disposition du matériel nécessaires à l'exercice de la pratique (tables de massages, chaises de massage ergonomiques, huiles de massage, paperboard et vidéoprojecteur).

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

- Début de formation : Test auto-évaluation et recueil des attentes.
- Évaluation au cours de la formation : Évaluation tout au long de la formation : Le/la formateur/trice vérifie la compréhension des informations, le positionnement du stagiaire et l'utilisation des gestes.
- Fin de formation : Test post-formation et pratique supervisée d'une séance.
- Évaluation de la satisfaction des participants à la fin de la session via un questionnaire de feedback.

### Modalités d'obtention :

Une attestation de réalisation de l'action de formation et de validation des compétences sera remise à chaque stagiaire ayant participé avec satisfaction à l'ensemble des journées et validé l'évaluation théorique et pratique.

### Tarifs coût pédagogique : Non assujetti TVA.

**Tarif Prise en charge** : 800.00 € (dont 50.00 € de frais d'inscription).

**Tarif Individuel** : 590.00 € (dont 50.00 € de frais d'inscription).

### Modalités d'inscription:

Pré-inscription en ligne sur <https://ifjs.catalogueformpro.com/>.

Pour plus de renseignements, notre équipe reste à votre disposition par mail à [contact@ifjs.fr](mailto:contact@ifjs.fr) ou par téléphone au 03.80.74.27.57.

Inscription confirmée après validation des dossiers et/ou entretien individuel - Délai d'inscription : 15 jrs avant la date de la formation (sous réserve de place disponibles).

Catégorie : Action de formation (art. L6313-3).