

# MASSAGE PERSONNES AGÉES

«Pratiquer les massages bien-être» RS 5354



**DURÉE** 3 JOURS

**TARIF** (particulier) 589€TTC

**Acompte inscription** 189€

**Professionnel** : prise en charge à 100%  
(nous consulter)

Modèles & Matériels  
mis à disposition

**8** stagiaires  
maximum  
par session | Formations  
tous les mois

Difficulté



**Type**

· Table ou  
Fauteuil ·

**Matériel**

· Huile & Talc ·



Durée :  
60 min

**Validation**

Attestation de formation

Le massage pour personnes âgées est un module spécifique visant à apporter bien-être et apaisement aux séniors. Destiné aux personnes de plus de 60 ans, parfois fragilisées par l'âge ou la maladie, ce massage encadre, contient le schéma corporel par des mouvements de toucher sensoriel.

La relation au toucher chez les bébés ou les jeunes enfants a largement été développée dans les études psychologiques ces vingt dernières années. Il en va de même dans la continuité du développement et de la vieillesse, concernant le bénéfice que peut apporter le massage aux séniors.

Privilégiant le ressenti, le relationnel et la confiance, le massage pour séniors tient compte des contraintes physiques dues à l'âge et le besoin de confiance, de bienveillance des personnes plus fragiles. Comme tout massage bien-être ce protocole est à but non thérapeutique.

## PROGRAMME

- Présentation / Spécificités du massage.
- Les indications et contre-indications.
- Précautions face au public sénior.
- Notions de fluidité, d'encadrement et de sécurité du geste dans la relation par le toucher.
- Apprentissage du déroulement d'une séance.
- Adaptation du protocole en fonction des besoins / de l'âge / du temps de la séance / des contraintes physiques.
- Evaluation pratique / Test de connaissances.
- Débriefing - Questions / Réponses.

## OBJECTIFS & EFFETS

- Adapter une gestuelle / un protocole massage aux séniors.
- Apaiser le mental / contenir les personnes âgées.
- Diminuer les sensations de stress.
- Relâcher le diaphragme / plexus solaire.
- Développer la relation au toucher : aide à la prise de conscience du schéma corporel.
- Développer la relation de confiance / sécurité avec la personne âgée : bienveillance.

**Remise d'une attestation de formation.**

**Inscription : 04 67 82 91 76**

Vidéo démonstration & CV formateur consultables sur  
[www.formabelle.fr](http://www.formabelle.fr)

20