

Auto-Massage Do In

Profil des apprenants : Professionnels de la santé et du médico-social travaillant auprès de différents publics dans des structures médicales et sociales.

Prérequis : Aucune connaissance particulière n'est demandée.

Objectifs pédagogiques :

- Acquérir les bases théoriques et pratiques de l'auto-massage Do In.
- Maîtriser des techniques simples et efficaces d'auto-massage pour soulager le stress, l'anxiété et les tensions.
- Adapter les séances d'auto-massage aux besoins spécifiques des patients, en tenant compte de leurs pathologies et de leur mobilité.
- Intégrer l'auto-massage Do In dans les pratiques de soins existantes.
- Développer des compétences pour animer des mini-séances d'auto-massage en groupe ou en individuel.

Compétences visées :

- Intégrer l'auto-massage dans les routines de soins existantes de manière sécurisée.
- Savoir transmettre les techniques d'auto-massage aux patients de manière claire et sécurisée.
- Animer des mini-séances d'auto-massage en groupe ou en individuel.
- Adapter sa communication selon le profil et les besoins des participants.
- Reconnaître les limites ou contre-indications à l'auto-massage chez certains patients.
- Organiser des séances courtes adaptées au contexte professionnel.
- Planifier l'intégration de l'auto-massage dans la routine quotidienne ou la structure de soins.
- Tenir compte des contraintes professionnelles (temps, espace, sécurité, hygiène).
- Documenter et rendre compte des soins réalisés pour assurer un suivi qualitatif.



Durée et modalité :

14 heures réparties sur 2 jours, en présentiel et sur site.