

THÈME : [LES SOINS](#)

## DURÉE

2 journées

## OBJECTIFS

- Favoriser l'estime de soi et revaloriser l'image des personnes fragilisées par les soins esthétiques et de bien-être
- Développer une « démarche multisensorielle » et de bien-être au quotidien, dans son approche d'accompagnement
- S'initier à quelques techniques de soins esthétiques et de bien-être (massages bien-être, soin du visage, maquillage...) afin de favoriser le bien-être physique et psychique des personnes

## PROGRAMME

### 1ère journée : Le toucher et les soins de bien-être auprès des personnes en perte d'autonomie

- Représentations et notion du « bien-être »
- La socio-esthétique (historique, pour qui et pourquoi ? Différents soins possibles)
- Le toucher au cœur du soin :
  - Rappels anatomo-physiologiques
  - Les bulles d'espace composant la sphère corporelle : « le toucher apprivoisé »
  - Le toucher dans les soins
  - Technique de massage bien-être du dos assis en complément d'un soin d'hygiène
  - Le massage bien-être de la main : « donner et recevoir »
- La mise en place d'un soin esthétique personnalisé ou d'un atelier collectif au sein de la structure

### 2nde journée : Valoriser l'image de la personne

## par les soins esthétiques

- L'automassage pour éveiller son corps
- « Le corps sujet » :
  - Le corps : point de départ d'une perception sensorielle et d'une interaction environnementale et relationnelle
  - Les particularités sensorielles et représentations corporelles selon les personnes
  - L'importance de la culture et de la structure psychique de la personne
- L'image et l'estime de soi :
  - La place des soins esthétiques dans le maintien ou la restauration de l'image de soi
- La peau :
  - Structure de la peau et différents types de peau
  - Le vieillissement de la peau
  - Les rôles de la peau : physiologique, psychologique, relationnel
  - Quelques dermatoses fréquentes
  - Prévention / protection
- Le soin du visage
- Le maquillage : mettre en valeur la personne par un maquillage
- Le cercle chromatique - couleurs complémentaire pour la tenue et maquillage

### Pédagogie et mise en pratique :

- *Apports théoriques séquencés par des mises en situation en binôme « donner et recevoir », vidéos*
- *Échanges sur les pratiques professionnelles*
- *Besoin d'une salle suffisamment dégagée pour des exercices en petits groupes avec tables et chaises*
- *Présence d'un point d'eau à proximité souhaité*
- *Matériel : se munir d'une serviette, d'un plaid et de coussins, d'un tapis de sol (si possible)*



## PUBLIC CONCERNÉ

Professionnels travaillant auprès de personnes fragilisées (par la maladie, le handicap, l'âge)




## PROFIL FORMATEUR

Infirmière, esthéticienne formée aux massages bien-être et réflexologie plantaire, DIU soins palliatifs et accompagnement, DIU gérontologie, DIU douleur



 CONTACT

 [formation@mqs-formation.com](mailto:formation@mqs-formation.com)

 02 99 05 96 42