

The background features a gradient from light purple at the top to light blue at the bottom. Numerous realistic water droplets of various sizes are scattered across the surface, some with highlights and shadows. A faint, large, light-colored circular graphic is centered behind the main title.

PROJET : LE MASSAGE BIEN-ÊTRE EN MAISON DE RETRAITE

IL NE FAUT PAS SOUS-ESTIMER LE POUVOIR DU TOUCHER ET D'UNE MAIN TENDUE.

BRIGITTE NARVOR

POURQUOI ?

- Depuis de nombreuses années, **le massage a un rôle thérapeutique essentiel mais aussi en ce qui concerne le bien-être,**
- les centres de bien être et les spas proposent une diversité de soins qui s'adressent à tous.
- Le massage Tuina peut être adapté aux personnes âgées tout en gardant l'approche énergétique et la douceur qui convient parfaitement à la spécificité des séniors.
- **tenir la main d'un être a pour effet de synchroniser nos respirations et nos rythmes cardiaques, mais aussi nos ondes cérébrales.** Ce n'est pas tout : **plus nous ressentons d'empathie pour les proches en souffrance, plus nos ondes cérébrales se synchronisent avec les siennes. Et plus nos ondes se synchronisent, plus sa douleur diminue...** (recherche conjointe des universités Boulder (États-Unis) et d'Haïfa (Israël) publiée le mois dernier dans la revue *PNAS (Proceedings of the National Academy of Sciences)*)

LE MASSAGE, ÉCHANGE ET PARTAGE

- Véritable **outil de communication** entre le patient et le thérapeute, le massage Tuina permet de connecter la personne âgée à l'autre quand d'autres expressions (verbales, visuelles...) ne sont plus possible ou simplement affectées.
- Un échange se crée, en **rétablissant la fonction du toucher** dans une autre dimension, sur la notion de plaisir et non plus d'hygiène seulement.
- Mais aussi Il se **crée des liens** qui mobilisent les capacités d'écoute de l'un en favorisant les échanges et la confiance pour l'autre.
- Et enfin, il permet d'entretenir la santé

D'AUTRES BÉNÉFICES SONT ATTENDUS !

- La stimulation physique éveille les sens et redonne à la personne **la conscience de son corps**.
- **La relaxation, la sensation de confort, la circulation des énergies...** apaisent l'esprit dans un univers austère, non personnel car médicalisé, au sein duquel la détente est primordiale pour l'épanouissement de la personne.
- les massages apportent une amélioration certaine de la qualité de vie des résidents. Ils sont des moments de confiance, d'apaisement et de réassurance.

MON PROJET

- **Réhabiliter le toucher**, qui est de loin la stimulation sensorielle la moins sollicitée, ou alors seulement par pure nécessité au moment des soins.
- **Compléter les soins médicaux** qui répondent à des protocoles précis sous la conduite d'une infirmière ou bien des soins d'hygiène réalisés par des soignants qualifiés.
- **Donner du temps en personnalisant ces moments**, Avoir le temps nécessaire et consacrer à chacun une attention particulière,



COMMENT ?

- **Des activités sous la forme d'ateliers d'auto massage**
 - prise en charge individuelle ou en petits groupes.
 - le but étant de stimuler les sens, mais aussi favoriser les échanges entre résidents et de faciliter la communication,
 - ces activités ont en commun de solliciter un ou plusieurs sens, de réactiver certaines sensations, de susciter des émotions, de rompre l'isolement,
- **Des massages Tuina personnalisés**
 - favoriser la stimulation sensorielle, activer tous les sens de façon personnalisée,
 - Essentiellement orienté sur les zones réflexes des mains, des pieds et du visage,
 - Zones qui ne comportent pas de danger,
 - après un bilan énergétique et en fonction de celui-ci, la prise en charge sera globale ou spécifique, adaptée à la personne,

LES CONTRAINTES D'ORGANISATION

- **Un/des moment(s) dédié(s) aux ateliers** avec inscription des personnes intéressées (nombre limité à 6 personnes),
 - ½ journées à organiser en tenant compte des autres contraintes de l'établissement,
 - une salle dédiée au calme,
- **Pour les massages, une ou plusieurs ½ journée(s) dédiées d'une durée de 45mns**
 - un certificat médical est nécessaire. Le massage Tuina n'est pas contre indiqué pour les seniors. Mais comme toute intervention sur le corps, il peut être déconseillé,
 - le matériel est fourni par le thérapeute,
- **Des interventions en Freelance (non salarié)**
 - Ateliers à 10€ par personnes
 - Massages à 30€ par personnes

MA FICHE D'IDENTITÉ PROFESSIONNELLE

- Je suis diplômée d'une école de Médecine Traditionnelle Chinoise reconnue.
- J'ai obtenu des certificats auprès d'associations spécialisées et reconnus au sein de la profession pour la qualité de leur enseignement.
- Je suis membre de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (UFPMTC) et, à ce titre, je m'oblige à respecter les conseils de bonne pratique de cette organisation.
- Je suis couverte par une Assurance Responsabilité Civile Professionnelle.
- Mon numéro de SIREN : 831 377 395
- **Mes formations et attestations**
 - Capacités en Médecine Traditionnelle Chinoise : TUINA, Auriculothérapie, Dien Chan...
 - Capacités Reiki
 - Certificat de praticienne en massage TUINA
 - Certificat de Praticienne de ZANG FU TUI NA
 - Attestation de stage de formation avec Le Professeur WU XIANG
 - Certificat de formation en Médecine des ventouses – Daniel Henry