

La relaxation par le massage pour les personnes âgées

M^{me} Marion Chagnat, ASSC à l'H-JU et masseuse

Objectifs

- Découvrir les bienfaits des massages.
- Se sensibiliser à ce sens primaire qu'est le toucher.
- Acquérir des gestes de base en massage.

Contenu

- Gestes de bases simples en massage ;
- Connaissance des principes du toucher ;
- Approche de relaxation ;
- Atelier pratique ;

Horaires

De 8h30 à 17h

Public-cible

Le personnel soignant et d'animation

Nombre

12 personnes maximum

10 juin 2021

Hôpital du Jura – site de La
Promenade
Salle des Bergeronnettes

9 septembre 2021

Hôpital du Jura – site de Saignelégier
Salle des Embreux