

La relaxation par le massage pour les personnes âgées

Mme Marion Chaignat, 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 massages ;
- Connaissance des principes du toucher ;
- Approche de relaxation ;
- Atelier pratique ;

Public-cible et nombre de participants :

Le personnel soignant et d'animation
12 personnes maximum

Horaires :

De 8h30 à 17h

Lieux et dates :

H-JU, site de la Résidence La Promenade
Salle des Sommêtres
18 mars 2026

CONTACT

Secrétariat du service RH – Formation, Tél. : +41 32 421 25 73

NOUS NOUS REJOUISSONS DE VOUS ACCUEILLIR LORS D'UNE FORMATION

HÔPITAL DU JURA | Service RH - Formation
Faubourg des Capucins 30 | CH-2800 DELÉMONT

Pour les collaborateurs de
l'H-JU : Inscription par le
biais de la demande de
formation

Pour les personnes
externes : Inscription en
ligne sur le site [www.h-
ju.ch/formation](http://www.h-ju.ch/formation) :

