CFLE Les Essentiels
de l'Essentiel à l'U-main

CENTRE DE FORMATION CFLE LES ESSENTIELS

4 chemin du mas de la brande 16400 PUYMOYEN

CATALOGUE DES FORMATIONS PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ

- STRESS, CAUSES ET CONSÉQUENCES SUR NOTRE CORPS
- AGRESSIVITÉ ET GESTION DE LA VIOLENCE
- SEXUALITÉ ET AFFECTIVITÉ
- LE SOIGNANT ET LE DEUIL
- COMMUNICATION RELATIONNELLE SOIGNANT / SOIGNÉ
- FORMATIONS TECHNIQUES DU TOUCHER/ MASSAGE
- HYPNOSE : SOIGNANTS, GÉRIATRIE, DENTISTES

édition
2025
2026

CFLE LES ESSENTIELS propose des prestations de formation à l'ensemble des établissements des secteurs du médico-social et à toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale.

Formations adaptées à chaque situation

Dans nos locaux ou au sein de votre établissement, les conditions de déroulement des formations sur mesures sont à établir avec CFLE Les Essentiels.
Nous sommes à votre disposition pour répondre à vos attentes spécifiques.
Transmettez-nous vos besoins.

Formations inter

Les + des formations inter-entreprises dans nos locaux

- Echanges de pratiques avec des participants d'autres structures
- Echange et analyse de ses propres pratiques
- Acquérir de nouveaux outils et améliorer les compétences acquises

Formations intra

Les + de la formation pour votre équipe au sein de votre structure

- Formation adaptée aux particularités de votre structure
- Echange et analyse de ses propres pratiques
- Acquérir de nouveaux outils et améliorer les compétences acquises
- Développer le travail en équipe

Autres formations

Nous proposons d'autres formations. Retrouvez-les sur www.clfe.fr .
Ces formations peuvent être adaptées à vos besoins.
Pour tout autre demande, contactez CFLE Les Essentiels: Nous pourrons étudier un programme de formation sur mesure en fonction de vos besoins spécifiques ou non.

Tarifs et calendrier

Les tarifs sont consultables auprès de CFLE Les Essentiels.
Les dates des formations sont à établir selon les besoins et l'organisation des équipes de l'établissement et les disponibilités de CFLE Les Essentiels.

Programme détaillé

Si une formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé : cfle.formations@gmail.com

Secteurs d'activité

Formations « sur mesure », adaptées aux besoins des patients, permettant aux professionnels d'instaurer rapidement ces techniques dans leurs accompagnements.

- Dans l'ensemble des structures de santé publiques ou privées, sur les soins d'accompagnement fin de vie et le soulagement de la douleur par des pratiques non médicamenteuses (recommandations par la Haute Autorité de Santé (HAS)).
- Au sein de structures accueillant les enfants, adolescents, personnes adultes en situation de handicap : institut médico-éducatif (IME), institut thérapeutique éducatif et pédagogique, établissement pour polyhandicapés, maison d'accueil spécialisée (MAS), foyer d'accueil spécialisé (FAM).
- Au sein d'unités de petite enfance, de l'aide à l'enfance.
- En secteur de soins en santé mentale et unités d'hospitalisation ou d'accueil de jour, ou autres centres médico-psychologiques (CMP).
- Au sein d'établissements d'aide et de soins à la personne âgée.
- En exercice libéral : à domicile, en cabinet privé.

Les techniques

Adaptées à toutes personnes, efficaces, faciles à apprendre, sans contre-indications.

Certifications et habilitations

Certification d'accréditation de qualité des formations reconnue par le Ministère du travail, du plein emploi et l'insertion.

Formations éligibles à la prise en charge par des opérateurs de compétences du secteur privé de la santé.

Site internet

www.cfle.fr

Infos et contact

CFLE Les Essentiels - 4 Chemin du mas de la brande - 16 400 PUYMOYEN
Contact : Béatrice BONNEAU Directrice et formatrice
Tél : 06 76 38 91 62 – E-mail : cfle.formations@gmail.com
SIRET : 414 197 061 00040 – RCS Angoulême – APE 8559A
Enregistré sous le n°75160093616 auprès du préfet de région Nouvelle- Aquitaine

Lettre de la Directrice

Vers une Formation pour le Bien-être et l'Excellence des Soignants

Chers professionnels de santé,

Dans un contexte où les exigences de la profession médicale et paramédicale s'intensifient, il devient essentiel de proposer des formations adaptées et en phase avec les réalités humaines et émotionnelles du soin.

En tant que directrice de CFLE Les Essentiels, j'ai la conviction que pour prendre soin des autres, il est primordial de prendre soin de soi et de développer des compétences qui vont bien au-delà des savoirs techniques.

C'est dans cette optique que nous avons élaboré une gamme de formations spécifiques. Ces formations visent non seulement à enrichir vos pratiques professionnelles, mais également à contribuer à votre épanouissement personnel, dans un équilibre entre technique et humanité.
Ces programmes s'adressent à vous, personnel soignant, médical et paramédical, et s'articulent autour de trois axes clés :

1. La communication relationnelle : Parce que chaque geste, chaque mot compte dans la prise en charge des patients/résidents, cette formation vous permettra de développer des outils pour accompagner les ces personnes dans leur globalité, afin de pratiquer une meilleure écoute avec bienveillance : mieux comprendre les émotions, les besoins et les intentions des autres pour établir une communication plus harmonieuse et efficace.

2. Le massage : Bien plus qu'une simple technique, le massage peut avoir des effets thérapeutiques. Nous vous proposons des formations adaptées pour intégrer ces pratiques dans vos soins, pour le bien-être des patients/résidents et le vôtre.

3. L'hypnose : Cette méthode, reconnue pour ses bienfaits dans la gestion de la douleur et l'accompagnement psychologique, fait aujourd'hui partie intégrante des soins modernes. Nos formations vous initieront à son utilisation en complément de vos compétences actuelles.

Je suis persuadée que ces nouvelles compétences deviendront des atouts précieux dans votre quotidien professionnel et amélioreront encore la qualité de vos interventions auprès des patients/résidents.

Ensemble, cultivons une approche du soin qui place l'humain au cœur de chaque pratique.

Je vous invite à découvrir ces programmes et à rejoindre cette dynamique de bien-être partagée. N'hésitez pas à nous contacter pour toute question ou pour co-construire un parcours adapté à vos besoins.

Avec toute ma reconnaissance pour votre engagement,
Béatrice Bonneau
Directrice de CFLE Les Essentiels
"Soutenir les soignants pour mieux soigner"

Sommaire

Stress et accompagnement

- Le stress et le personnel soignant pages 8 - 9

Autres formations

- Comprendre l'agressivité et la gestion de la violence page 10
- Sexualité et affectivité dans l'institution page 11
- Le soignant et le deuil page 12
- La communication relationnelle page 13

Formations toucher massage

- T.M.D - Toucher Massage Détente pages 14 - 15
- Détente plantaire ou palmaire 20 minutes page 16
- Massage du dos habillé page 17

Formations hypnose

- Hypnose en gériatrie page 18
- Hypnose pour les soignants page 19
- Hypnose dentaire page 20

Le mot de la fin page 22

La formation en quelques chiffres page 23

FORMATIONS POUR LE PERSONNEL SOIGNANT AU SEIN DE L'ÉQUIPE ET AUPRÈS DES PATIENTS

La formation à la gestion du stress est une nécessité. Les professionnels de la santé et du médico-social sont constamment confrontés à des situations stressantes. C'est une réalité qui fait de la gestion du stress un élément clé du bien-être des soignants et des résidents/patients.

Les EHPAD, les foyers de vie, les MAS… ces établissements sont des lieux de vie où le personnel est directement missionné pour assurer le bien-être du public concerné. C'est également un environnement où le stress peut facilement s'installer, ce qui nous interpelle. Aujourd'hui, la gestion du stress est insuffisamment abordée dans la formation des professionnels de ces établissements. **Les professionnels indépendants et exerçant une activité libérale** ne sont pas moins concernés par le stress.

Le stress n'est pas sans conséquences pour la santé du personnel pour qui il peut engendrer de l'épuisement professionnel, voire un burn-out ; et pour les résidents/patients pour qui il peut avoir un impact sur la qualité des soins qui leurs sont prodigués.

La formation à la gestion du stress devient un investissement essentiel pour les établissements et les professionnels indépendants et exerçant une activité libérale.

Stress et accompagnement

Prendre conscience de son propre stress et des conséquences sur notre corps, ressentir et accepter ses émotions et ainsi pouvoir les gérer face aux patients et collègues, sont les priorités de cette formation. Son but est d'améliorer et maintenir la santé des professionnels mais aussi de leur permettre des soins de meilleure qualité.

Le contenu de cette formation permettra au soignant de bien comprendre les conséquences du stress sur la santé physique, mentale afin de mieux le prévenir et le gérer, d'adopter une attitude plus positive au sein de l'équipe et face aux patients / résidents, d'être plus efficace, de mieux accepter les contraintes et les obligations des tâches professionnelles et de permettre une meilleure cohésion d'équipe.

- **Le stress et le personnel soignant**
  - Le mécanisme du Stress, causes et conséquences sur notre corps
  - L'impact des émotions positives et de l'estime de soi sur le corps et l'esprit

Autres formations

Ces formations sont complémentaires aux formations sur le stress et abordent des situations qui peuvent être à l'origine du stress. Elles concernent directement les épreuves auxquelles le personnel soignant peut être confronté au quotidien.

Elles permettent de mettre en lumière des pratiques et des aménagements pour apporter des réponses concernant l'accompagnement des résidents/patients et des outils pour mieux vivre en équipe, aussi bien autour de la famille que du soignant.

- **Comprendre l'agressivité et la gestion de la violence**
- **Sexualité et affectivité dans l'institution**
- **Le soignant et le deuil**
- **La communication relationnelle**

FORMATIONS POUR APPLICATION AUPRÈS DES PATIENTS ET RÉSIDENTS

Formations toucher massage

Le soignant doit s'adapter à chaque patient, l'aider à faire face à ses difficultés, les accompagner vers un mieux-être physique et mental.

Les formations proposées dans cette partie « Patients / résidents » vont permettre aux soignants par des soins non médicamenteux efficaces et agréables de mieux gérer leur quotidien et d'avoir un autre regard sur la personne soignée en tenant compte de son histoire, de sa maladie, de sa culture, de ses habitudes de vie, de ses souffrances physiques et émotionnelles ... et ainsi apporter plus de confort aux patients et instaurer une relation de confiance soignant / soigné.

Aider le patient / résident à retrouver l'énergie et la force de reprendre un nouveau souffle en lui redonnant confiance, lui donnant l'occasion de se sentir compris et d'être apaisé, soulagé.

- **T.M.D - Toucher Massage Détente**
  Le toucher, le massage dans la relation d'aide et de soin quotidien de la personne
- **Détente plantaire 20 minutes**
- **Détente palmaire 20 minutes**
- **Massage du dos habillé (amma assis) 20 minutes**

Pour tout professionnel qui souhaite aller plus loin dans le soin par le toucher CFLE Les Essentiels propose également les formations de REFLEXOLOGIE PALMAIRE ET PLANTAIRE. Nous contacter pour plus d'information.

Formations hypnose

Ces formations s'adressent aux membres du personnel soignant : infirmiers, aides-soignants, psychologues, médecins, kinésithérapeutes, ergothérapeutes.
Plus de soignants sont formés dans une équipe, plus le recours à l'hypnose est facilité pour chacun des intervenants et plus la prise en charge est efficace.

L'hypnose apporte une approche plus complète, plus humaine et moins technique de la personne.
Le travail des soignants est facilité, les patients se montrant plus calmes et coopérants.

- **Hypnose en gériatrie**
- **Hypnose pour les soignants**
- **Hypnose dentaire**

LE STRESS ET LE PERSONNEL SOIGNANT 1/2

Cette formation est organisée en 2 axes: Prendre conscience de son propre stress et des conséquences sur notre corps et comprendre les conséquences du stress sur la santé physique, mentale afin de mieux le prévenir et le gérer, d'adopter une attitude plus positive au sein de l'équipe et face aux patients / résidents.

Les bienfaits

- Apprendre à se connaître dans le stress.
- Améliorer la qualité de vie de chacun.
- Mieux faire face à une situation « stressante » en adoptant une autre attitude et rester pleinement dans son soin avec disponibilité et sérénité.

Mise en application

Formations permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans leur quotidien professionnel.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Connaître le mécanisme du stress et ses conséquences physiques et mentales.
- Savoir repérer ses propres signes de stress, mieux se connaître et apprendre à s'écouter.
- Être capable d'analyser une situation dite « stressante » et prendre du recul.
- Se ressourcer efficacement et rapidement par des méthodes naturelles.
- Libérer les tensions physiques, émotionnelles et psychiques et s'apaiser.
- Améliorer sa disponibilité et son efficacité dans la gestion des tâches.
- Retrouver un climat serein au sein des établissements.

Contenu pratique

- Livret de cours
- Exercices, échanges et auto-évaluation : connaître son propre mode de fonctionnement en situation de stress
- Exercices, échanges sur les ressentis et les émotions
- Echanges des pratiques, questions/réponses
- Mise en situation professionnelle

LE STRESS ET LE PERSONNEL SOIGNANT 2/2

Contenu théorique

Le mécanisme du Stress, causes et conséquences sur notre corps :

- Connaissance du mécanisme de stress et de ses différentes phases
- Différents stress
- Les stresseurs en général
- Conséquences du stress sur le corps physique et mental: les symptômes et les pathologies liées au stress
- Outil et pratique: Détente physique et mentale par la respiration et la pleine conscience

L'impact des émotions positives et de l'estime de soi sur le corps et l'esprit :

- Comprendre et utiliser les outils de la psychologie positive
- Les différentes émotions, leurs rôles et leurs impacts sur soi et son entourage
- Les outils pour favoriser les émotions positives
- Estime de soi et confiance en soi: l'impact sur la qualité de vie
- Apprendre et/ou améliorer l'estime et la confiance en soi

Validation de la formation

Observation continue et exercices de mise en application sur soi
A l'issue de la formation, une attestation d'assiduité sera délivrée à l'apprenant.

Intervenants : Psychologue – psychologie clinique et pathologique Musicothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

COMPRENDRE L'AGRESSIVITÉ ET LA GESTION DE LA VIOLENCE

Cette formation s'adresse aux membres du personnel soignant.

La violence et l'agressivité font partie de notre humanité. Comment appréhender ces situations ?
Il s'agit de mieux se repérer et se positionner pour développer une pratique professionnelle plus sereine.
Il s'agit de comprendre les mécanismes en jeu et de repérer les postures qui favorisent la violence et celles qui la limitent voire la contiennent.

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement et les résidents

- Apporter une meilleure écoute et respecter au mieux les limites de chacun
- Obtenir une cohésion d'équipe plus agréable face à la violence et à l'agressivité
- Favoriser un confort de travail quelles que soient les situations rencontrées

Mise en application

Formations permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans leur quotidien professionnel.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Comprendre les mécaniques et formes de l'agressivité et de la violence.
- Identifier les comportements, circonstances ou situations propices à l'apparition de situation de violence.
- Réfléchir à des méthodes et outils de prévention et de gestion des comportements agressifs ou violents pour apporter des réponses individuelles, d'équipe et institutionnelles cohérentes et adaptées, non stéréotypées.

Contenu théorique

- Définitions et distinction violence/agressivité.
- La violence et ses représentations.
- Les sens de l'agressivité et de la violence : comme symptôme (signes et fonctions), comme délit, comme recours, comme pulsion.
- Les modalités d'expression de l'agressivité et de la violence en regard de l'environnement : envers soi-même (auto agressivité), envers autrui, envers les objets (violence clastique).
- Les modalités d'expression de l'agressivité et de la violence en fonction des pathologies.
- Les mécanismes de l'agressivité et de la violence : frustration et colère.
- Trouver des causes aux comportements agressifs et violents : apports de la psychologie-sociale, apports de la psychologie du développement.
- Les modalités de réponse à l'agressivité et la violence : analyse clinique et pragmatique de la violence.
- Les aspects éducatifs et thérapeutiques des réponses à l'agressivité et la violence.

Contenu pratique

- Livret de cours
- Jeux de rôle – mises en situation
- Travail autour des situations apportées par les participants

Validation de la formation

Observation continue
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité sera délivrée à l'apprenant.

Intervenant : Psychologue – psychologie clinique et pathologique; Musicothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

SEXUALITÉ ET AFFECTIVITÉ DANS L'INSTITUTION

Cette formation s'adresse aux membres du personnel soignant.

Dans les institutions, la problématique de la sexualité des personnes accompagnées est souvent niée voire combattue.
Du point de vue des professionnels en institution, la sexualité des personnes est souvent perçue comme une source de problèmes.
Cette formation permet d'aborder dans la bienveillance les questions liées à la sexualité.

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement et les résidents

- Favoriser le travail en équipe pour trouver des pistes afin d'accompagner au mieux les personnes dont chacun à la charge, dans l'expression de leur sexualité et de leurs besoins.
- Savoir aborder des sujets tabous entre salariés, mettre des mots sur des sujets gênants.

Mise en application

Formation interactive qui s'appuie sur le vécu des professionnels tout en apportant un éclairage théorique.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Mieux connaître la sexualité humaine dans ses dimensions principales.
- Mieux se repérer du point de vue du droit des usagers-personnes
- Développer des savoirs faire et des savoirs être concernant l'écoute et l'accompagnement de la sexualité des personnes accueillies
- Développer une réflexion des professionnels concernant les problématiques liés à la sexualité.

Contenu théorique

- Le droit à la sexualité des personnes en institution
- La sexualité humaine :
  - ⇨ ses différentes dimensions et composantes
  - ⇨ les troubles liés à la sexualité
  - ⇨ sexualité et handicap
  - ⇨ orientations sexuelles
  - ⇨ éduquer, accompagner les manifestations et les besoins liés à la sexualité
  - ⇨ sexualité et violences

Contenu pratique

- Livret de cours
- Support vidéo
- Formation interactive qui s'appuie sur des cas concrets

Validation de la formation

Observation continue
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité sera délivrée à l'apprenant.

Intervenants : Psychologue – psychologie clinique et pathologique; Musicothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

LE SOIGNANT ET LE DEUIL

Cette formation s'adresse aux membres du personnel soignant.

Dans les institutions, beaucoup de soignants sont mis à mal par les décès qui peuvent se répéter tout au long de leurs carrières. La formation sur le deuil propose d'apporter des réponses concernant l'accompagnement des personnes endeuillées et des outils pour mieux le vivre en équipe, aussi bien autour de la famille que du soignant.
Mieux se situer auprès des familles, comment accueillir les affects et les émotions qui s'expriment.

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement et les résidents

- Avoir des équipes mieux préparées au deuil dans leur activité professionnelle au quotidien.
- Mieux se comprendre et prendre davantage soin les uns des autres au sein de l'équipe.

Mise en application

Formation interactive qui s'appuie sur le vécu des professionnels tout en apportant un éclairage théorique.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Connaître les enjeux liés au deuil
- Se repérer dans les étapes du deuil
- Développer des savoirs faire et des savoirs être concernant l'écoute et l'accompagnement du deuil

Contenu théorique

- Le deuil
- Les facteurs qui influencent le deuil
- Les émotions et les sentiments liés au deuil
- Les mécanismes de défense et de protection pouvant être mis en jeu au cours d'un deuil
- Les outils pour mieux vivre le deuil

Contenu pratique

- Livret de cours
- Support vidéo
- Utilisation de l'outil photolangage

Validation de la formation

Observation continue
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité sera délivrée à l'apprenant.

Intervenant : Psychologue – psychologie clinique et pathologique; Musicothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

LA COMMUNICATION RELATIONNELLE

Cette formation s'adresse aux membres du personnel soignant et propose de mieux comprendre et maîtriser les enjeux liés à la communication.
Communiquer de façon adaptée envers autrui est la base de tout travail d'accompagnant.

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement et les résidents

- Meilleure écoute de soi et d'autrui par une écoute active
- Compréhension et une reconnaissance des besoins des personnes accompagnées
- Réduction des tensions, du stress et des conflits
- Meilleur travail de coopération et d'équipe
- Mieux gérer ses émotions en s'exprimant plus clairement tout en respectant ses limites

Mise en application

Formations permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans leur quotidien professionnel.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Connaitre les modes de fonctionnement pour s'adapter selon les personnalités et les situations des patients.
- Adapter sa communication en situation difficile.

Contenu théorique

La posture de l'aidant
Création d'une bonne communication

- Ecoute active : reformulation (écho, reflet des sentiments, analyse et synthèse des émotions)
- Compréhension empathique
- La bienveillance

Différentes phases

- Approche centrée sur le problème
- Approche centrée sur la personne

Les techniques et les limites de la relation
Les moyens de communications :

- Communication verbale
- Communication non verbale : langage du corps (postures, mimiques…)
- Communication non violente
- Le silence

Contenu pratique

- Echanges des pratiques, questions/réponses
- Mise en situation professionnelle
- Autodiagnostic : évaluer sa propre communication

Validation de la formation

Observation continue
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité sera délivrée à l'apprenant

Intervenant : Psychologue – psychologie clinique et pathologique; Musicothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

T.M.D (TOUCHER.MASSAGE.DÉTENTE) 1/2

Le TMD est une intention bienveillante d'une personne qui veut apporter bien-être et apaisement à une autre personne. Le contact des mains avec le corps envoie des signaux apaisants à l'ensemble des organes et des tissus mais aussi au cerveau.
Ce contact peut se faire aussi bien en peau à peau que sur un corps habillé.
Le TMD améliore la prise en charge globale des personnes atteintes de maladies chroniques, personnes atteintes de troubles du comportement et personnes vieillissantes, en tenant compte de l'intensité de leurs douleurs dans ces situations.

La douleur

Toutes les douleurs ne peuvent être supprimées mais être toutefois atténuées, devenir supportables, et permettre de ne pas prendre une place primordiale sur la vie de la personne. Le TMD est une méthode douce et calme qui régularise le système nerveux et reste essentielle dans le soulagement de la douleur.

Les Techniques du TMD :

- Visage, tête, nuque et haut des épaules
- Dos
- De l'épaule à la main
- De la jambe au pied
- Ventre

La méthode

Cette méthode utilise de longs mouvements lents et fluides qui permettent une profonde relaxation physique et psychique. Cette approche de contact destinée à tous, apporte détente, bien-être, réconfort mais aussi peut amener à une relation d'accompagnement, aidant ainsi à mieux faire face aux contraintes et difficultés de la situation en cours. Elle est simple à intégrer et peut être mise en pratique immédiatement. Elle ne se substitue pas aux équipes de professionnels qui exercent une action thérapeutique auprès de leur patient.

Les bienfaits pour le patient / résident

- Favorise la détente et libère les tensions
- Favorise l'apaisement, le soulagement et tonifie ou dynamise le corps
- Permet la prise de conscience des émotions et des ressentis
- Amélioration de la circulation sanguine, du sommeil
- Réduction du stress
- Renforcement du lien social

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement

- Relation plus humaine, authentique et simple.
- Permet d'évaluer, prévenir ou soulager la douleur.
- Faciliter la dispensation des soins et acquérir une meilleure qualité de soins.
- Instaurer un climat de confiance et ouvrir à la communication soignant-soigné.
- Revalorisation et remotivation du métier.
- Satisfaction des gestes accomplis en participant à l'apaisement du patient.

Formation partielle :

Ci-dessus la formation du TMD est présentée dans son intégralité avec les 5 protocoles.
Si vous souhaitez une formation partielle et répondant à des besoins plus spécifiques, nous pouvons aménager une formation sur mesures.
Nous conviendrons ensemble de sa durée et de son contenu.
Contactez CFLE Les Essentiels par téléphone ou par mail: 06 76 38 91 62 - cfle.formations@gmail.com

T.M.D (TOUCHER.MASSAGE.DÉTENTE) 2/2

Mise en application

Formations permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans leur quotidien professionnel.

La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Créer et installer un climat de respect mutuel et de confiance dans la relation soignant/soigné.
- Donner des outils simples et efficaces au personnel soignant afin de mieux gérer leur quotidien.
- Améliorer la qualité des soins et des relations entre les soignants et les soignés.
- Maîtriser les différentes techniques corporelles à visée de bien-être (massage bien-être et relaxation par le toucher) ayant pour but le confort physique et/ou émotionnel de la personne rendue vulnérable par l'âge, le stress, la maladie, la douleur ou un handicap.
- Savoir mettre en œuvre des techniques corporelles de bien-être dans le cadre d'une séance en respectant le fonctionnement du corps humain et savoir les adapter selon les réactions du patient.

Contenu théorique

- Approche anatomique et physiologique
- Le toucher et l'importance du toucher
- Le Toucher Massage Détente
- Bienfaits et contre-indications du TMD
- La communication non verbale avec le TMD
- Les techniques de massages
    - ⇨ Techniques en peau à peau
    - ⇨ Techniques sur vêtements

Contenu pratique

- Livret de cours
- Protocoles de TMD
- Travail autour des situations apportées par les participants

Validation de la formation

Une évaluation en continu des différentes techniques du TMD

À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité ainsi qu'un certificat de formation seront délivrés à l'apprenant.

Les services et le public concernés

Soins palliatifs
Personnes âgées
Oncologie
Personnes handicapées (mentales et physiques)
Personnes atteintes de troubles de la dépression, Burn out…
Enfants

Intervenantes : Thérapeute Psycho corporelle ; Relaxologue Massothérapeute
Durée : 35 heures - 5 jours avec possibilité de répartir en 2 modules de 2 jours puis 1 jour
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

DÉTENTE PLANTAIRE OU PALMAIRE 20 MINUTES

Les bienfaits du massage des pieds et des mains sont nombreux en commençant par l'accès à une relaxation profonde et rapide du corps. C'est pour cela qu'elle s'inscrit idéalement dans un savoir-faire d'une visée de détente et de gestion d'un état de stress ou d'inconfort.
Dans un planning chargé, c'est la technique idéale pour un soin efficient.
Accéder au pied ou à la main lorsque cela est possible c'est permettre l'accès au corps par le principe de correspondance réflexe. La préférence du patient pour la zone touchée orientera le soignant vers une pratique plutôt plantaire que palmaire ou inversement.

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement et les résidents/patients

- Favoriser une relation plus humaine, authentique et simple en intégrant un soin de toucher réconfortant.
- Procurer la satisfaction des gestes accomplis en participant à l'apaisement du patient.
- Accéder à un moment non médicalisé avec une autre approche du soin dans un temps court.
- Instaurer un climat de confiance et ouvrir à la communication soignant-soigné.

Les bienfaits pour le patient / résident

- Favoriser la détente et libère les tensions, l'apaisement, le soulagement.
- Permettre la prise de conscience des émotions et des ressentis.
- Donner accès à un temps non médicalisé et un réel soin de confort et de temps pour soi.

Mise en application

Formation permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans leur quotidien professionnel.

Les objectifs

- Acquérir un outil simple et efficace afin d'apporter un moment de détente en un temps limité.
- Maîtriser la technique corporelle de bien-être ayant pour but le confort physique et/ou émotionnel de la personne rendue vulnérable par l'âge, le stress, la maladie, la douleur ou un handicap.
- Savoir mettre en œuvre la technique corporelle de bien-être dans le cadre d'une séance courte en respectant le fonctionnement du corps humain.

Contenu théorique

- Histoire et définition du massage du pied ou de la main
- Notion de réflexologie et projection du corps dans le pied ou dans la main
- Posture et hygiène du praticien
- Repères de pratique
- Indications, contre-indications et crises d'élimination

Contenu pratique

- Livret de cours
- Pratique en binômes

Validation de la formation

Observation continue et pratique intégrale pour une évaluation pratique le dernier jour
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité et un certificat de formation seront délivrés à l'apprenant.

Pour aller plus loin: contactez le centre pour la formation de REFLEXOLOGIE PLANTAIRE et/ou PALMAIRE.

Intervenant : Relaxologue Massothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

MASSAGE DU DOS HABILLÉ (AMMA ASSIS) 20 MINUTES

Le massage du dos habillé est une technique de massage japonaise ancestrale qui s'avère être un allié pour le bien-être des résidents / patients, et qui offre de nombreux bienfaits pour le corps et l'esprit.
Pratiqué sur des vêtements, il ne nécessite aucune préparation particulière.

Les bienfaits pour le personnel soignant et pour l'établissement et les résidents

- Favoriser une relation plus humaine, authentique et simple en intégrant un soin de toucher réconfortant.
- Procurer la satisfaction des gestes accomplis en participant à l'apaisement du patient.
- Accéder à un moment non médicalisé avec une autre approche du soin dans un temps court.
- Instaurer un climat de confiance et ouvrir à la communication soignant-soigné.

Les bienfaits pour le patient / résident

- Favoriser la détente et libère les tensions, l'apaisement, le soulagement.
- Permettre la prise de conscience des émotions et des ressentis.
- Donner accès à un temps non médicalisé et un réel soin de confort et de temps pour soi.

Mise en application

Formation permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans leur quotidien professionnel.

Les objectifs

- Acquérir un outil simple et efficace afin d'apporter un moment de détente en un temps limité.
- Maîtriser la technique corporelle à visée de bien-être ayant pour but le confort physique et/ou émotionnel de la personne rendue vulnérable par l'âge, le stress, la maladie, la douleur ou un handicap.
- Savoir mettre en œuvre la technique corporelle de bien-être dans le cadre d'une séance courte en respectant le fonctionnement du corps humain et savoir l'adapter selon les réactions du patient.

Contenu théorique

- Histoire et définition du massage du dos habillé (amma assis)
- Apprendre les différentes pressions
- Posture du praticien
- Indications, contre-indications

Contenu pratique

- Livret de cours
- Pratique en binômes

Validation de la formation

Observation continue et pratique intégrale pour une évaluation pratique le dernier jour
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité et un certificat de formation seront délivrés à l'apprenant.

Intervenant : Relaxologue Massothérapeute
Durée : 14 heures - 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

HYPNOSE EN GÉRIATRIE

Cette formation s'adresse aux membres du personnel soignant : infirmiers, aides-soignants, psychologues, médecins, kinésithérapeutes, ergothérapeutes.
Plus de soignants sont formés dans une équipe, plus le recours à l'hypnose est facilité pour chacun des intervenants et plus la prise en charge est efficace.

Les bienfaits pour le personnel soignant

L'hypnose apporte une approche plus complète, plus humaine et moins technique de la personne.
Le travail des soignants est facilité, les patients se montrant plus calmes et coopérants.

Les bienfaits pour les patients

- Soulage la douleur aiguë liée aux soins ou chronique, permettant une réduction de la prise médicamenteuse.
- Diminue le stress et l'anxiété et ramène au calme lors de manifestations de troubles comportementaux et psychologiques de la démence : idées délirantes, hallucinations, agitation, agressivité, dépression, anxiété, troubles de l'humeur, apathie, comportement moteur, troubles de l'appétit et cris, qu'elles surviennent spontanément ou lors des soins (toilettes accompagnées difficiles, soins infirmiers.)
- Aide en tant qu'outil complémentaire en cas de rééducation de troubles de la marche (maladie de Parkinson, post AVC, syndrome de désadaptation psychomotrice).
- Apporte l'apaisement et facilite le lâcher-prise dans la fin de vie.

Mise en application

Les professionnels pourront instaurer rapidement cet outil dans l'accompagnement des patients.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Améliorer la qualité des soins et la relation soignant/soigné via un climat de respect mutuel et de confiance.
- Enrichir les outils du personnel soignant afin de mieux gérer leur quotidien.
- Être en capacité d'utiliser l'hypnose auprès des personnes âgées, en adaptant la prise en charge à la spécificité de l'état de santé du patient, de ses besoins et de son vécu.

Contenu théorique

- Définition de l'hypnose et grands principes de l'hypnose.
- Indications et contre-indications générales de l'hypnose et spécifiques à la gériatrie.
- Base théorique pour pratiquer l'hypnose éricksonnienne et l'appliquer à la spécificité de la gériatrie : principes du langage hypnotique, outils du langage éricksonnien pour l'hypnose conversationnelle.
- Induire l'état d'hypnose : la synchronisation, la mise en transe, les supports de mise en transe, les différents types de mise en transe et leurs applications.
- Spécificités de la prise en charge par l'hypnose en fonction de l'état de santé et des besoins du patient (douleurs, anxiété, etc.), qu'il soit atteint de troubles cognitifs ou non.
- Protocoles généraux et spécifiques.

Contenu pratique

- Livret de cours
- Jeux de rôle – mises en situation

Validation de la formation

Evaluation théorique écrite
Mise en situation: réalisation d'une prise en charge complète par l'hypnose, adaptée aux besoins du patient
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité et un certificat de formation seront délivrés à l'apprenant.

Intervenant : Hypno-Relaxologue
Durée : 42 heures - 6 jours répartis en 3 modules de 2 jours
Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

HYPNOSE POUR LES SOIGNANTS

Cette formation s'adresse aux soignants intervenant dans des champs médicaux, psychothérapeutiques, psychiatriques, chirurgicaux : infirmiers, aides-soignants, psychologues, médecins, kinésithérapeutes, ergothérapeutes.

Les bienfaits pour le personnel soignant

L'hypnose permet aux soignants de se sentir mieux armé pour prendre en charge leurs patients de manière plus globale, plus humaine et moins technique.
Le travail des soignants est facilité, les patients se montrant plus calmes et coopérants.

Les bienfaits pour les patients

- Diminue le stress et l'anxiété liés au contexte vécu par le patient ou aux soins.
- Soulage la douleur aiguë, chronique, liée aux soins permettant une réduction de la prise médicamenteuse.
- Diminue les effets secondaires des médicaments.
- Aide à la gestion de l'ensemble des émotions inconfortables pouvant surgir dans le parcours de soins d'un patient gravement malade ou atteint de maladie chronique : stress et anxiété ainsi que, tristesse, colère liée à un sentiment d'injustice, d'impuissance…).
- Aide en tant qu'outil complémentaire lors d'une rééducation.
- Apporte l'apaisement et facilite le lâcher prise dans la fin de vie (soins palliatifs).

Mise en application

Les professionnels pourront instaurer rapidement cet outil dans l'accompagnement des patients.
La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

- Adapter la communication afin d'améliorer la relation soignant/soigné en instaurant un climat de respect mutuel et de confiance ainsi que la qualité des soins.
- Enrichir les outils du personnel soignant afin de mieux gérer leur quotidien et celui de leurs patients.
- Être en capacité d'utiliser l'hypnose auprès des patients, en adaptant la prise en charge à la spécificité de leur état de santé, de leurs besoins et de leur vécu.

Contenu théorique

- Définition de l'hypnose et grands principes.
- Indications et contre-indications de l'hypnose.
- Base théorique pour pratiquer l'hypnose ericksonnienne : principes du langage hypnotique, outils du langage ericksonien pour l'hypnose conversationnelle.
- Induire l'état d'hypnose : la synchronisation, la mise en transe et ses différentes composantes, les supports de mise en transe, les différents types de mise en transe et leurs applications.
- Spécificités de la prise en charge par l'hypnose en fonction de l'état de santé et des besoins du patient.
- Protocoles généraux et spécifiques (douleurs, anxiété, etc.).
- L'autohypnose: outil à proposer pour gérer le stress, la douleur, les effets secondaires d'un traitement, etc.

Contenu pratique

- Livret de cours
- Jeux de rôle – mises en situation

Validation de la formation

Evaluation théorique écrite
Mise en situation: réalisation d'une prise en charge complète par l'hypnose, adaptée aux besoins du patient
À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité et un certificat de formation seront délivrés à l'apprenant.

Intervenant : Hypno-Relaxologue
Durée : 42 heures - 6 jours répartis en 3 modules de 2 jours
Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels
Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

HYPNOSE DENTAIRE

Cette formation s'adresse aux chirurgiens-dentistes et assistant(e)s dentaires.

Les bienfaits pour les praticiens

Les patients se montrant plus calmes et coopérants, l'exécution des soins est facilitée, et ils sont de meilleure qualité.

De manière générale, le travail gagne en efficacité. L'ambiance de travail s 'en ressent pour toute l'équipe.

Les bienfaits pour les patients

L'hypnose en cabinet dentaire permet au patient de se sentir pris en charge dans sa globalité:

- Diminuer le stress et l'anxiété liés aux soins.
- Soulager la douleur, permettant ainsi une réduction voire une suppression de la prise médicamenteuse.
- Diminuer les effets secondaires des médicaments.
- Réduire ou supprimer complètement les produits anesthésiants (hypnosédation).
- Réduire les saignements, favoriser la cicatrisation.

Lors de séances complémentaires aux soins, elle permet de travailler sur les problématiques suivantes :

- Phobie du dentiste, douleur post soins, bruxisme, adaptation aux dentiers et appareils dentaires.

Mise en application

Formation « sur mesure » permettant aux professionnels d'instaurer rapidement cet outil dans l'accompagnement des patients.

La formation sera développée selon les besoins des professionnels et des publics rencontrés et accueillis.

Les objectifs

Acquérir une nouvelle approche de travail avec des outils permettant d'améliorer le confort du patient et du praticien.

Être en capacité d'utiliser l'hypnose auprès des patients, en adaptant la prise en charge à la spécificité de leurs besoins.

Contenu théorique

- Définition de l'hypnose et grands principes.
- Indications et contre-indications de l'hypnose.
- Base théorique pour pratiquer l'hypnose ericksonienne : langage hypnotique, hypnose conversationnelle.
- Induire l'état d'hypnose : la synchronisation, la mise en transe et ses différentes composantes, les supports de mise en transe, les différents types de mise en transe et leurs applications.
- Spécificités de la prise en charge par l'hypnose dans le domaine dentaire, en fonction des besoins du tient (douleurs, anxiété, phobie, etc.).
- Protocoles généraux et spécifiques : stress, douleur, hypnoanalgésie, hypnosédation, phobie, etc.
- L'autohypnose comme outil à proposer au patient pour gérer le stress, la douleur, les effets secondaires d'un traitement, etc.

Contenu pratique

- Livret de cours
- Jeux de rôle – mises en situation
- Travail autour des situations apportées par les participants

Validation de la formation

Evaluation théorique écrite

Mise en situation: réalisation d'une prise en charge complète par l'hypnose, adaptée aux besoins du patient

À l'issue de la formation, une attestation d'assiduité et un certificat de formation seront délivrés à l'apprenant.

Intervenant : Hypno-Relaxologue

Durée : 42 heures - 6 jours répartis en 3 modules de 2 jours

Personnes concernées : Toutes personnes exerçant une profession médicale, paramédicale, sociale et médico-sociale

Calendrier et Tarifs : Contactez le Centre de Formation CFLE Les Essentiels

Programme détaillé: Cette formation vous intéresse, contactez CFLE Les Essentiels pour obtenir le programme détaillé

LES FORMATIONS : LIEU ET SALLE DE COURS

Chers professionnels de santé,

Nous espérons que ce catalogue vous a donné un aperçu clair et complet des opportunités de formation disponibles pour développer vos compétences et faire progresser votre carrière au sein de notre établissement.

Nous vous encourageons vivement à saisir ces opportunités et à investir dans votre développement professionnel.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute question ou pour personnaliser un programme selon vos besoins.

Ensemble, faisons avancer les pratiques de soins !

À bientôt pour une nouvelle étape de votre parcours professionnel !

Merci de votre engagement !

Nous tenons à remercier chaleureusement tous les professionnels de santé qui ont contribué à l'élaboration de ce catalogue et qui s'engagent chaque jour à offrir des soins exceptionnels à nos patients.

Votre dévouement et votre passion sont une source d'inspiration pour nous tous.

Nous sommes fiers de vous accompagner dans votre parcours de formation continue et de vous offrir les outils nécessaires pour atteindre vos objectifs professionnels.

Béatrice Bonneau
Directrice de CFLE Les Essentiels
"Soutenir les soignants pour mieux soigner"

LA FORMATION EN QUELQUES CHIFFRES

96,7 % des clients satisfaits

16 ANS AU SERVICE DE LA FORMATION

+ DE 28 PROGRAMMES DE FORMATION

704 STAGIAIRES FORMÉS DEPUIS 2017

BÉATRICE BONNEAU

Directrice
Thérapeute psycho corporelle relaxologue certifiée.
Certifiée Sophrologue .
Formée en relation d'aide – Ecole internationale « Ecoute ton corps » de Lise Bourbeau.
Formatrice au CFLE.
Plus de 24 ans d'expérience en massages bien-être et thérapie psychocorporelle.

ORGANISME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE

CFLE Les Essentiels
4 chemin du mas de la brande
16400 Puymoyen

Contacts :
Béatrice Bonneau, Directrice
Tél. 06.76.38.91.62
@ : cfle.formations@gmail.com
www.cfle.fr

SIRET : 414 197 061 00040
APE 8559A
Enregistré sous le numéro 75 16 00936 16 auprès du préfet de Région Aquitaine.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante: ACTIONS DE FORMATION

CFLE Les Essentiels - 4 Chemin du mas de la brande - 16 400 PUYMOYEN
Contact : Béatrice BONNEAU Directrice et formatrice
Tél : 06 76 38 91 62 – E-mail : cfle.formations@gmail.com
SIRET : 414 197 061 00040 – RCS Angoulême – APE 8559A
Enregistré sous le n°75160093616 auprès du préfet de région Nouvelle- Aquitaine