

## ATELIER PRATIQUE : PRATIQUER LES GESTES CONSCIENTS D'APAISEMENT®

### PRÉAMBULE

Les Gestes Conscients d'Apaisement® (GCA) se concentrent sur l'utilisation réfléchie et consciente du toucher dans les soins et l'accompagnement des personnes en perte d'autonomie. Destinés aux aidants et aux professionnels des secteurs sanitaires et médico-sociaux, ces gestes sont posés avec une prise de conscience précise de leur impact sur la personne accompagnée.

Le toucher, intuitif par nature, accompagne tous les actes de soins et d'accompagnement du quotidien, devenant ainsi un élément central de la relation. À travers ces gestes, l'aidant ou le professionnel accompagne, encourage, stimule, rassure, apaise...

L'objectif principal des GCA® est d'améliorer le confort et le bien-être global des personnes accompagnées en réduisant les tensions physiques et psychologiques comme l'anxiété ou l'agressivité. Les ateliers visent à intégrer ces gestes dans les routines de soins et d'accompagnement quotidiennes, en développant une compréhension sensorielle du toucher et en établissant des relations de confiance.

### PUBLIC CONCERNÉ

Aidant-e-s et professionnel-le-s des établissements médico-sociaux, sociaux et de santé.

### PROGRAMME

Pendant cet atelier, des expériences seront réalisées sur différentes zones du corps, identifiées comme points d'ancrage, pour illustrer concrètement l'impact du toucher.

Ces exercices pratiques permettent aux participants d'explorer les applications des GCA®, d'expérimenter les sensations et perceptions associées au toucher et d'intégrer la notion de conscientisation.

En les engageant dans des expériences de toucher sur eux-mêmes, ces ateliers facilitent l'apprentissage et l'application quotidienne des gestes.

<b>Bénéficiaires</b>	Aidant-e-s et professionnel-le-s du réseau de partenaire de l'ERHR Pays de la Loire
<b>Dates</b>	16 septembre 2025
<b>Horaires</b>	9h-12h30 et 13h30-17h
<b>Lieu</b>	Angers
<b>Durée</b>	7 heures / 1 jour
<b>Effectif par atelier</b>	6 mini > 20 maxi
<b>Modalité</b>	Présentiel
<b>Accessibilité</b>	L'Atelier des Pratiques et les établissements d'accueil mettent à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public en situation de handicap. Si besoin d'une aide technique pour le suivi de la formation, nous contacter.
<b>Contact</b>	0256610194 organisation@atelierdespratiques.fr www.atelierdespratiques.fr
<b>Réf.</b>	PRO-001033
<b>Date proposition</b>	juin 2024

### INTERVENANT

Aurélien GUION : Formateur spécialisé dans l'utilisation des techniques du toucher dans les soins et l'accompagnement de proximité et dans la prise en charge non pharmacologique de la douleur

### SUIVI

Documents pédagogiques mis à disposition sur le site internet de l'Atelier des Pratiques.

### ATTESTATION DE PRÉSENCE

Pratiquer les Gestes Conscients d'Apaisement®