



Des Soins Paramédicaux Intégratifs

EFFLEURAGES, BAINS, ENVELOPPEMENTS ET AROMATHÉRAPIE

FORMATION



Les effleurages, les enveloppements et les bains ont pour origine la Suisse et l'Allemagne où ils sont prodigués par les infirmiers dans les services de soins : oncologie, gériatrie, pédiatrie, psychiatrie, soins palliatifs et dans le secteur du médico-social. **Le corps y est abordé avec un infini respect.**

Ces soins attentifs à la préservation de la chaleur et de la dignité humaine ont été rassemblés en France sous l'appellation Soins de Chaleur®.

Ils sont reliés à une connaissance **des plantes aromatiques** adaptée à l'usage externe et aux personnes fragilisées.

Les Soins de Chaleur® **sont liés aux fonctions d'entretien et de continuité de la vie.** Ils accompagnent l'être humain dans **les étapes de sa vie comme la naissance, l'adolescence, la maternité, la vieillesse.**

Ils deviennent essentiels dans des circonstances où une personne n'est plus en capacité de mobiliser ses forces habituelles : **maladie grave, vieillesse et perte d'autonomie, état de choc, fin de vie, handicap, isolement social, précarité...**

Ces soins paramédicaux intégratifs répondent aux besoins des patients et de leur entourage qui attendent une prise en charge individuelle, attentionnée, humaniste. Ils permettent de recouvrir le sentiment de sa valeur et de sa dignité, quelles que soient les circonstances. Ils apportent un réel soutien dans le cadre de la **Santé Physique et Mentale** et de la **prise en charge non médicamenteuse de la douleur.**

Ils sont adaptés aux services de soins, s'insèrent naturellement dans le quotidien des soignants, s'adaptent à leur rythme de travail et s'intègrent à un accompagnement pluridisciplinaire.

« Permettre à un être humain d'être humain, de se sentir humain dans son corps, d'éprouver du bien-être dans son corps. Malgré la maladie qui « déshumanise » et transforme le corps, malgré un contexte social incertain, les mains et le regard du soignant peuvent permettre à un homme ou une femme de se sentir digne et vivant, humain, humaine, profondément. Ceci est l'essence des Soins de Chaleur®. »

UN TOUCHER BIENFAISANT

Ils sont des massages doux, rythmés, à l'image d'une vague ou d'une respiration. Ils sont localisés sur les zones du corps nécessitant des soins. La chaleur douce et les arômes des huiles aromatiques participent à la détente.

Le temps de l'effleurage peut être très court, c'est la qualité de présence du soignant qui prévaut. Il ne s'agit pas pour le soignant de « faire » mais d'apprendre à travers ses gestes à accueillir le corps dans ses mains et écouter ses besoins particuliers.

L'effleurage peut avoir un objectif global d'apaisement ou des objectifs spécifiques comme la prévention de l'altération cutanée, l'amélioration d'un état de constipation...

LES ENVELOPPEMENTS

Les enveloppements sont des applications de substances naturelles tièdes déposées sur des zones spécifiques du corps (abdomen, thorax, zone rénale, articulations ...) à l'aide de linges en tissu de coton et de laine. En fonction de la localisation et de la substance utilisée, ils peuvent soulager une douleur, apaiser des troubles anxieux, soutenir le sommeil, la vitalité... Ils nécessitent un temps court d'exécution.

On distingue notamment :

- Les enveloppements à base d'huile et de substances aromatiques.
- Les emplâtres de pommades.
- Les enveloppements à base de teinture-mère ou de tisane.

LES BAINS PARTIELS

Les bains amènent une dimension nouvelle aux soins grâce à la présence de l'eau qui suscite un sentiment de légèreté, de renouvellement, de vitalité. En fonction des substances utilisées, le bain peut apaiser, vivifier, réchauffer, améliorer le sommeil, soulager des douleurs, soutenir la circulation...

LES SUBSTANCES AROMATIQUES

Les Soins de Chaleur® sont reliés à une connaissance des plantes aromatiques et de leurs essences, adaptée aux personnes fragilisées et à l'usage externe.



Pour le soignant, la connaissance des huiles essentielles et de leurs usages implique un abord scientifique, moléculaire avec les principes de précautions de base liées à la pathologie, à l'état et la sensibilité du patient, aux traitements médicamenteux, aux risques d'allergies. Ceci est associé à la réalisation de préparations aromatiques aux dilutions adaptées.

À ces connaissances techniques et scientifiques se conjugue une approche sensorielle et d'observation : expérimenter à travers son corps la réalité d'une odeur grâce à l'olfaction afin de rendre concret les effets de la substance sur les différents plans de l'être (corps, psychisme et émotions). Cette rencontre olfactive des plantes est étayée d'images, de notions de botanique, de découverte de biotopes. À travers les plantes et leurs arômes, c'est aussi le monde vivant et ses paysages que le soignant amène jusqu'au corps du patient.

LA FORMATION

SUJET

Enrichir le rôle propre infirmier par les Soins de Chaleur® et l'aromathérapie.

OBJECTIFS

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Réaliser des Soins de Chaleur® (effleurages rythmiques et enveloppements) dans son quotidien professionnel, avec les huiles adaptées en prenant en compte les dimensions physique, psychique, émotionnelle, individuelle du patient.
- Réaliser les Soins de Chaleur® soutenant la Santé Physique et Mentale.

PUBLICS

- Professions : médicales et paramédicales.
- Personnel éducatif du milieu médico-social.
- Autres professions, nous contacter.

PRÉ-REQUIS

Exercer en tant que professionnel de soin et d'accompagnement.



PROGRAMME

SAVOIR

• **Aromathérapie scientifique** : les huiles essentielles principales soutenant les différents systèmes du corps humain : ostéoarticulaire, circulatoire, respiratoire, digestif, nerveux, cutané. Les huiles essentielles en accompagnement des épreuves de la vie et des traumatismes. Les grandes familles de plantes aromatiques. Les grandes familles biochimiques des huiles essentielles. Indications, contre-indications, précautions d'emploi, posologies, voies d'administration des huiles essentielles couramment utilisées (voie olfactive et cutanée).

• **Approche sensible du monde vivant** : les quatre éléments de la nature, la tripartition de la plante (racine, feuille, fleur/fruit), comment observer, observation phénoménologique des odeurs, le geste imagé des plantes étudiées au travers des huiles essentielles (notion de botanique, biotope...).

• **Les différentes dimensions de l'être humain** : la dimension physique, les ressources et la vitalité, la dimension émotionnelle et psychique, l'individualité.

• **Les trois systèmes du corps humain** : système neurosensoriel, rythmique et métabolique.

• **Les effleurages rythmiques et les enveloppements** : indications et contre-indications.

SAVOIR-FAIRE

• **Créer une ambiance attentive**, protectrice et chaleureuse respectant le corps, préservant l'intimité et la dignité du patient.

• **Ecouter, Observer et Accueillir avec les mains**.

• **Réaliser les Soins de Chaleur®** avec les substances adaptées en prenant en compte les différentes dimensions de l'être humain.

• **Réaliser les effleurages rythmiques** avec les substances adaptées du dos, ventre, bras, mains, jambes, pieds.

• **Réaliser les enveloppements** à base d'huiles, de pommades.

• **Réaliser les bains de mains et de pieds** avec les substances adaptées.

• **Réaliser les toilettes partielles, apaisantes et dynamisantes**.

• **Réaliser des olfactions d'huiles essentielles** : accéder par le sens olfactif aux différentes informations transmises par les notes aromatiques de la plante.

• **Réaliser des préparations aromatiques pour l'usage externe** : mélanges à base d'huiles essentielles et d'huiles végétales et sticks aromatiques

• **Conseiller** des enveloppements, effleurages rythmiques, bains et olfactions de substances aromatiques.

SAVOIR-ÊTRE

• Posture professionnelle et attitude intérieure du soignant accompagnant le patient avec les Soins de Chaleur®.

• Développement d'une écoute attentive, bienveillante, protectrice et chaleureuse.



MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

• Ateliers pratiques (soins, préparations, olfactions), apports théoriques, groupes de travail, cas cliniques et partage d'expériences.

• Supports de cours transmis par voie dématérialisée à chaque session+ livret pédagogique, fiches techniques et échantillons olfactifs donnés.

• Deux salles de formation : l'une pour les ateliers pratiques et l'autre pour les apports théoriques.

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

• Test de positionnement en début de formation.

• Questionnaires d'évaluations des savoirs à chaque session.

• Échanges et auto-évaluation pour les savoir-faire.

• Questionnaire préalable et enquête de satisfaction.

• Mise en situation et travail de fin de formation sur un cas clinique.

Une attestation de formation sera attribuée par l'association « À la Croisée des Chemins » à l'issue des 21 jours de formation : sous réserve de la participation à l'intégralité de la formation et de la réalisation d'un travail personnel.





INTERVENANTE

SOPHIE MARTIN

Infirmière DE spécialisée en Soins de Chaleur®. Enseignante en Soins de Chaleur® avec approche phénoménologique du végétal depuis 2012. Conférencière, intervenante en Soins de Chaleur® dans des congrès médicaux et paramédicaux en France. Fondatrice de l'association « À la Croisée des Chemins » en Isère en 2011 et de la « Maison des Soins de Chaleur® » en 2021.

DU de phytothérapie et d'aromathérapie clinique à Grenoble. Formations en aromathérapie scientifique avec approche sensorielle et olfactive : Ecole lyonnaise des plantes médicinales ; Collège international d'Aromathérapie (Dominique Baudoux) ; Association Hélichryse (Christian Escriva). **Formation en massages rythmiques. Formation de Formateur (CCI Annecy).**

POUR EN SAVOIR PLUS

Pour tous renseignements, contactez Cécile Bourne

Tél : 04 51 01 92 67

(les lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h00 à 17h00)

Mail : formation@soins-la-croisee-des-chemins.fr

Pour les personnes en situation de handicap, un aménagement de la formation peut être envisagé. Nous contacter.



À la Croisée des Chemins

Centre de Formation

Association régie par la loi 1901

110 Chemin du Rivier de St-Chef - 38890 ST CHEF

www.soins-la-croisee-des-chemins.fr

ORGANISATION DE LA FORMATION

DURÉE ET LIEU —————

• **140 h** de cours théoriques et pratiques, réparties en **5 sessions de 4 jours** sur un an.
(80h : Ateliers pratiques - 40h : Olfactions, groupes de travail - 20h : Apports théoriques).
110 chemin du Rivier de Saint-Chef - 38890 ST-CHEF

DATES —————

- **du 24 février au 27 février 2026**
Introduction à l'Aromathérapie et aux Soins de Chaleur®.
- **du 07 au 10 avril 2026**
Le Système Ostéo-Musculaire / Le Système Respiratoire
- **du 26 au 29 mai 2026**
Le Système Circulatoire / Le Système digestif
- **du 08 au 11 juillet 2026**
Le Système Cutané / Le Système nerveux
- **du 29 septembre au 02 octobre 2026**
Accompagnement de la fin de vie et mise en situation

MODALITÉS D'INSCRIPTION —————

Coût de la formation : Tarif Individuel : 2500 euros.
Le règlement peut être réalisé en plusieurs échéances avec un acompte à l'inscription.

Nous sommes **certifiés Qualiopi** : les formations peuvent être prises en charge par des organismes financeurs → Nous contacter.
Tarif avec prise en charge : 3300 euros

Délai d'inscription → 01 février 2026
8 à 15 participants
L'inscription sera validée selon l'ordre d'arrivée et après signature de la convention de formation et de la réception de l'acompte.

HÉBERGEMENT ET RESTAURATION
Une liste d'hébergements est disponible sur demande.
Cuisine sur place ou possibilité de réserver un repas végétarien (14€).

**NOTRE CENTRE DE FORMATION
PROFESSIONNELLE EST
CERTIFIÉ QUALIOPi.**