

L'ATELIER DES AIDANT·ES

LES GESTES CONSCIENTS D'APAISEMENT® (GCA®)

Les GCA® sont des gestes d'accompagnement basés sur un toucher attentif et conscient. Intégrés au quotidien, ils aident à soulager les tensions, apaiser les douleurs, réduire l'angoisse, calmer les comportements agressifs et stimuler la personne accompagnée.

Simple à apprendre et à pratiquer, il favorise un accompagnement plus serein et renforce la relation de confiance entre l'aidant et la personne aidée.

Cet atelier vous permettra d'apprendre à observer l'état émotionnel de la personne accompagnée pour adapter votre toucher et ainsi optimiser les bienfaits de chaque geste.