

# LA MASSOTHÉRAPIE CHEZ LES IMPATIENTS



Ce projet pilote est initié et parrainé par la Fédération québécoise des massothérapeutes (FQM) et soutenu par deux écoles accréditées : l'Institut Kiné-Concept et Accès Trager. Ce projet vise à offrir des services de massothérapie à la clientèle des Impatients.

## Objectifs

Le tout premier objectif est de faire vivre une expérience de mieux-être à la clientèle des Impatients, mais aussi :

- Développer un profil de compétences pour les massothérapeutes qui désirent travailler avec une clientèle vivant avec des problèmes de santé mentale.
- Créer des modalités pour offrir éventuellement des stages supervisés dans les locaux des Impatients.

## Durée

Le projet s'est déroulé du 1er mai au 5 juin 2015 à raison de 3 heures/semaine. Environ 36 séances de 45 minutes chacune dont 30 minutes de travail sur table ont été données à une dizaine de participants. Certains ont reçu plus de 4 séances. En fait, nous constatons que les premiers participants désirent poursuivre la démarche en massothérapie et leur assiduité est remarquable.

Techniques utilisées et massothérapeutes impliquées :

- Massage suédois adapté (avec vêtement et sans huile), par madame Charlyne Carrier
- L'approche Trager et Mentastics, par madame Louise de Montigny

## Préparation et protocole d'intervention

- Rencontre préliminaire avec monsieur Radu Christian Barca (thérapeute aux Impatients) pour saisir les problématiques de cette clientèle et mieux cibler notre intervention. On nous rappelle la fragilité de certains participants et une certaine crainte est exprimée compte tenu que c'est une première expérience. Il était entendu qu'aucun dossier ne serait ouvert, que les bénéficiaires resteraient vêtus, que les séances dureraient 30 minutes maximum et que nous mettrions fin à toute intervention si la situation l'exigeait.
- Une liste de volontaires nous a été remise avec les coordonnées téléphoniques afin que nous puissions nous-mêmes fixer les rendez-vous. Ceci nous a permis d'avoir un premier contact avec les participants pour d'une part recueillir certaines informations sur leurs attentes et besoins et d'autres part nous présenter et expliquer notre intervention.
- Les séances se sont données dans un cadre très ouvert et convivial, avec le déroulement suivant : une entrevue sommaire, soins de massothérapie, partage des outils d'intégration et finalisation de la séance en recueillant les rétroactions. Voici les principaux feedbacks recueillis après les séances : plus de fluidité, meilleure respiration, plus de légèreté, détente jusqu'à presque dormir, souhait que les séances durent plus longtemps, recevoir un massage c'est se sentir aimé etc. Aucun commentaire d'insatisfaction n'a été exprimé.

## Témoignages des participants

« Vendredi matin, j'arrive à mon travail aux Impatients. Je prends mon café et je ne suis pas tout à fait réveillé. On m'invite à me faire masser. Je suis un peu hésitant au départ, mais je me suis dit que je n'ai rien à perdre. Je suis prêt à vivre une nouvelle expérience. Et je découvre une nouvelle façon de me détendre et de m'intérioriser. Il s'agit d'une première fois pour moi et j'y retourne avec beaucoup d'enthousiasme. Quand j'ai parlé de cette expérience à ma sœur, elle m'a dit qu'elle allait m'offrir cela en cadeau de fête. Le Trager est une découverte pour moi. J'en ressors détendu, calme et plus centré sur ce que je porte à l'intérieur de moi. Je vous le recommande sans hésitation. Vous ne pouvez que vous faire du bien. Merci.» J-F

« Since I have met Louise and received her wonderful massage I have started to feel hope and comfort. I have been in many car accidents. I fall a lot and suffer from P.T.S.D. Everyday I float from small Islands of pain to larger ones. My system is so sensitive I can take nothing for the pain. After twenty years with neurologists many test and treatments I just gave up. This year past I was put in the hospital for attempted suicide. These treatments I received from Louise have changed my life in profound ways.» Hannah

«Depuis que j'ai rencontré Louise et reçu son merveilleux massage que j'ai commencé à ressentir espoir et réconfort.

J'ai eu de nombreux accidents de voiture. Je tombe beaucoup et souffre de SPT (syndrome post traumatique). Tous les jours je flotte de petites îles de douleur à de plus grandes. Mon système est si sensible que je ne peux rien prendre pour la douleur. Après vingt ans avec de nombreux neurologues, tests et traitements, j'ai simplement abandonné. Cette dernière année, je suis entrée à l'hôpital pour une tentative de suicide. Les traitements que je reçois de Louise ont changé ma vie de façon profonde .» Hannah (traduction L de Montigny)

«Quel beau projet que celui d'offrir aux Impatients un massage de 30 minutes. J'ai eu la chance de m'abandonner aux mains magiques de Charlyne pendant quatre semaines. Quels beaux moments de détente physique et psychologique! J'espère que ce projet sera renouvelé. Mille mercis!!» Johanne

«J'ai 63 ans et aussi loin que je me rappelle, surtout dès la poussée de croissance de mon corps, j'ai appris que je souffrais d'une lordose. Malgré certaines tentatives infructueuses, ce handicap m'a poursuivi dans ma jeunesse et finalement tout au long de ma vie adulte.

L'expression artistique améliore ma qualité de vie et m'a amené aux Impatients et finalement aux séances de massothérapies offertes par Charlyne. Je lui ai mentionné mon problème de lordose et dès la 3ième séance, elle a su identifier la source de mon problème physique ce à quoi personne n'avait jamais proposé de solutions. Elle m'a suggéré une série d'exercices qui « décolle » le diaphragme, ce qui améliore ma respiration et mon maintien. J'en ressens un grand bien-être physique. Merci! » Pierre

« Je grandis avec toi! » Michel

## Observations du thérapeute chez les Impatients

Cette expérience semble être un succès total. Je dis «semble» pour laisser une porte à mon esprit de chercheur.

Tous les commentaires ont été au superlatif. Quelqu'un est arrivé à la séance en entendant des voix et en se sentant très mal et en l'espace de 30 minutes elle se sentait détendue et aux anges, fini les voix etc. C'est la personne elle-même qui a fait cette remarque.

Radu Christian Barca

art thérapeute MA,

100, rue Sherbrooke Est, bureau 4000

Montréal (Québec) H2X 1C3

Téléphone : 514 842-1043

Mon expérience avec les Impatients (Charlyne)

J'ai pris cette nouvelle aventure ne sachant pas trop à quoi m'attendre. J'ai découvert des gens avec un cœur immense et énormément de talents. Des gens qui nous ont accueillis et qui nous ont fait confiance. J'ai été touchée de voir leurs intérêts et d'entendre leurs commentaires sur nos soins. Les témoignages qu'ils nous ont remis lors de notre dernière visite m'ont beaucoup émue. Je suis privilégiée d'avoir pu participer à ce projet pilote et je reviendrais demain matin.

Certains participants ont choisi le dessin pour s'exprimer :



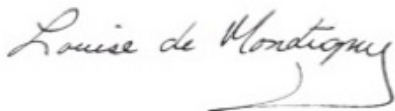
## Recommandations

- Offrir des services de massothérapie aux Impatients par des stages supervisés. Idéalement avoir des services de massothérapie donnés par des professionnels et ce, de façon permanente. Selon notre expérience, la massothérapie, pratique non invasive, est un soutien efficace à la pharmacothérapie et autre forme de thérapies telle que l'électrochoc.
- Recherche scientifique sur les effets de la massothérapie en relation aux problèmes de santé mentale.

## Pistes à étudier pour la poursuite de ce projet

Afin que ce projet pilote puisse se transformer en projet de recherche, voici des actions qui peuvent être menées à plusieurs niveaux :

- Au niveau de la formation  
Développer un profil de formation par compétences spécialisé et sa mise en place dans les deux écoles partenaires, l'Institut Kiné-concept et Accès Trager, et ainsi pouvoir offrir des stages supervisés dans les locaux des Impatients.
- Au niveau de la recherche  
Travailler à la reconnaissance et le rayonnement de la massothérapie dans les soins de santé en développant un protocole de recherche en collaboration avec l'Institut Douglas, les écoles accréditées partenaires et la FQM pour mesurer l'effet de la massothérapie comme thérapie complémentaire et de soutien.
- Au niveau du montage financier (exemple)  
On peut envisager la répartition des coûts de la façon suivante : Trager International (10 000\$), Trager Québec (5 000\$), la FQM (4 000\$) et la possibilité de ressources privées (à déterminer).
- Au niveau des ressources humaines  
Des intervenants peuvent être approchés pour soutenir et participer à ce projet. Par exemple, madame Florence Vinit pourrait avoir un intérêt dans ce projet en santé mentale et d'autres recrutements sont à développer dans le futur.



Louise de Montigny  
Coordonnatrice du projet