



FORMATION EN PRÉSENTIEL

# L'IMPORTANT DU MOUVEMENT POUR LA PERSONNE AGÉE (ANIMER UN ATELIER D'ÉVEIL CORPOREL)

## OBJECTIF

- Comprendre l'impact du mouvement sur la santé physique et psychique de la personne âgée.
- Favoriser le maintien de l'autonomie des personnes par "la mise en mouvement".
- Être en mesure de mettre en place des ateliers d'éveil corporel pour les personnes âgées.
- Développer l'estime de soi et la création du lien social dans le cadre de la mise en place d'un atelier d'éveil corporel.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Comprendre l'impact du mouvement sur la santé physique et psychique de la personne âgée.
- Connaître les fondamentaux théoriques pratiques nécessaires à l'animation d'un atelier d'éveil corporel
- Savoir élaborer des séances et un programme évolutif dans le cadre d'un atelier d'éveil corporel.
- Construire une dynamique de groupe en mobilisant le potentiel des personnes accompagnées lors d'un atelier d'éveil corporel.





## PUBLIC CONCERNÉ

Professionnels des établissements et services sociaux et médico-sociaux.

## PRÉ-REQUIS

Aucun

<b>Tarif (Hors frais de déplacement)</b>	<b>280 € NET</b> par participant <b>2300 € NET</b> par groupe
<b>Réf.</b>	<b>PRO-000060</b>
<b>Contact</b>	0685074564 f.ferey@atelierdespratiques.fr www.atelierdespratiques.fr

 Niveau <b>Niveau III</b>	 Modalité <b>Présentiel</b>	 Effectif par session <b>6 mini &gt; 12 maxi</b>	 Durée <b>14 heures / 2 jours</b>
--	--	--	--

## PROGRAMME

## CONTENU

### Journée 1 (durée = 7 heures) :

- Apports théoriques et pratiques sur l'impact du mouvement sur la santé.
- Apports théoriques et partages de réflexions sur les conséquences du vieillissement qui peuvent limiter le mouvement : douleur, incontinence, fatigue, deuil,...
- Comment repérer le potentiel d'investissement et de motivation de la personne.



## Journée 2 (durée = 7 heures) :

- Exploration des différents types d'exercices qui permettent de mobiliser les personnes :
  - Exercices de motricité globale.
  - Exercices de motricité fine.
  - Exercices de détente corporelle.
- Élaboration d'une séance.
- Mise en situation d'animation d'une séance

## MODALITÉS DIDACTIQUES

- Apports théoriques.
- Échanges et partages d'expériences.
- Création de séances d'éveil corporel.
- Mises en situation.
- Livret du stagiaire.

### INTERVENANT(S)

Karine FOLSCHWEILLER,  
*Ergothérapeute auprès d'adultes  
polyhandicapés et polytraumatisés, et  
personnes âgées dépendantes.*

### ÉVALUATION

Auto-évaluations de l'atteinte des objectifs de formation, Mises en situation et apprentissages par l'exemple, QCM : les points clés de l'impact du mouvement sur la santé physique et psychique

### ATTRIBUTION FINALE

L'importance du mouvement pour la personne âgée