



## L'IMPORTANCE DU MOUVEMENT POUR LA PERSONNE ÂGÉE (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.

### COMPÉTENCE(S) ÉVALUÉE(S)

- Identifier les déficiences et les difficultés psychologiques pour éviter ou limiter les situations d'échec.
- Identifier les moteurs de l'action et savoir les stimuler à bon escient.
- Construire une séance d'activité stimulant la mobilité et adaptée aux capacités de la personne.

### PUBLIC CONCERNÉ

Professionnel(le)s des établissements et des services médico- sociaux, sociaux et de santé / Formation concourant au développement et au renforcement des compétences pratiques et techniques pour l'accompagnement de proximité des personnes dépendantes, en situation de handicap, de soin et de perte d'autonomie.

### PRÉ-REQUIS

- En intra : profils des bénéficiaires déterminés avec l'établissement selon les objectifs définis, la dynamique d'équipe, ...
- Inscription individuelle : prise en compte de l'expérience et/ou du diplôme (Niv. 2 minimum du secteur médico-social ou soin).
- Aucun pré-requis spécifique.

<b>Tarif (Hors frais de déplacement)</b>	<b>350 € NET</b> par Apprenant <b>2440 € NET</b> par Groupe
<b>Durée</b>	<b>14 heures / 2 jour(s)</b>
<b>Effectif par session</b>	<b>6 mini &gt; 12 maxi</b>
<b>Modalité</b>	<b>Présentiel</b>
<b>Niveau indicatif de formation</b>	<b>Niveau 6</b>
<b>Délai d'accès</b>	Mise en œuvre réalisée sur demande
<b>Accessibilité</b>	- Sur site, l'établissement d'accueil met à disposition des locaux adaptés à l'accueil d'un public handicapé. - L'Atelier des Pratiques possède des locaux adaptés (UFR/PMR). - Besoin d'une aide technique spécifique (LSF,...) : nous contacter.
<b>Contact</b>	0685074564 f.ferey@atelierdespratiques.fr www.atelierdespratiques.fr
<b>Réf.</b>	<b>M007_MOUV</b>
<b>Date version</b>	janv. 2020



## PROGRAMME

### 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

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

- 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.

### SUIVI & ÉVALUATION

- Mises en situation (construction d'une activité adaptée)  
- Réalisation d'exercices pratiques

### ATTRIBUTION FINALE

Délivrance d'une attestation de formation : l'importance du mouvement pour la personne âgée