

PROGRAMME FORMATION



PRÉVENTION DES CHUTES AU DOMICILE

L'espérance de vie est en constante augmentation interpellant ainsi les politiques de santé à veiller à la mise en place d'actions de prévention autour du vieillissement et de la perte d'autonomie.

La stratégie globale est de maintenir les personnes âgées à domicile le plus longtemps possible : vieillir en bonne santé.

Une chute et ses conséquences peuvent entraîner une fragilité. La Société Française de Gériatrie et de Gériatrie interpelle sur l'état de fragilité de la personne pouvant ainsi déclencher une « Spirale du Déclin Fonctionnel » et amener à un placement en institution.

L'activité physique est un levier pour limiter les effets néfastes du vieillissement, retarder l'entrée dans la dépendance et améliorer les capacités physiques et cognitives. Elle peut aussi favoriser le lien social et le partage.

Les professionnels intervenant au domicile des personnes âgées sont les premiers à pouvoir repérer le risque de fragilité. Ils accompagnent la personne dans les actes de la vie quotidienne et peuvent être amenés à la mobiliser.



Suivez notre actualité
sur Facebook
Facebook/Form-AP

11 avenue Archimède, 33600 PESSAC

07 63 41 58 11

contact@form-ap.com

FORM-AP.COM

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75 33 14872 33, auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine
Association Form'AP, 11 avenue Archimède, 33600 PESSAC
Siret : 820 629 053 00027, Code APE : 8551Z

LE PROGRAMME

LE VIEILLISSEMENT ET SES RISQUES

- ⇒ Vieillissement des systèmes fonctionnels impliqués dans l'équilibre et dans la marche
- ⇒ Place et rôle de la dénutrition dans la diminution des capacités physiques
- ⇒ Causes, conséquences et facteurs de risque de la chute

REPÉRER LES PERSONNES À RISQUES

- ⇒ Profil «type» du chuteur
- ⇒ Le rôle des médicaments
- ⇒ Le syndrome post-chute

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SES EFFETS

- ⇒ Sport / Activité Physique (AP) / APA (Activité Physique Adaptée)
- ⇒ Effets de l'AP sur la santé
- ⇒ Recommandations en AP

PRÉVENTION ET RELAIS DU MOUVEMENT AU QUOTIDIEN

- ⇒ Échanges autour de l'hygiène de vie et du lieu de vie de la personne
- ⇒ Relais du mouvement au quotidien et mise en situation

L'ENCADREMENT

Il est assuré par un Enseignant en Activité Physique Adaptée salarié de l'association FORM'AP.

L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

Une feuille d'émergence sera à remplir par les stagiaires et le formateur par demi-journée.

QUEL PUBLIC ?

Tout professionnel intervenant au domicile de la personne (Aide à domicile, aide-soignant, infirmier, ...)

LES OBJECTIFS

- ⇒ Consolider les connaissances sur les conséquences fonctionnelles du vieillissement et les mécanismes de chutes
- ⇒ Savoir déterminer les facteurs intrinsèques et extrinsèques du risque de chute et savoir identifier les personnes à risque de fragilité voire fragiles
- ⇒ Expliquer les effets bénéfiques d'une activité physique régulière chez les personnes âgées
- ⇒ Acquérir des outils favorisant l'autonomie des personnes dans leur vie quotidienne et permettant de lutter contre la sédentarité

LES MOYENS PÉDAGOGIQUES

Nous utiliserons différentes méthodes pour dispenser nos contenus d'enseignement :

- ⇒ Transmission des connaissances théoriques à acquérir sous forme d'exposé (méthode affirmative)
- ⇒ Questionnement des stagiaires sur leurs savoirs et guidage dans les réponses (méthode Interrogative)
- ⇒ Travail en sous-groupe sous thèmes d'enseignements (méthode active)
- ⇒ Concernant les contenus d'Activité Physique, démonstration des mouvements et gestes que les stagiaires pourront reproduire ensuite (méthode démonstrative)

LES MOYENS TECHNIQUES

Pour réaliser cette formation, nous utiliserons :

- ⇒ Enseignement général avec supports informatique, audiovisuel, papier ...
- ⇒ Échanges et travail en groupes, en sous-groupes ...
- ⇒ Études de cas réels et analyse des pratiques
- ⇒ Mises en situation

SUIVI ET ÉVALUATION

- ⇒ Questionnaire de satisfaction
- ⇒ Questionnaire d'atteinte des objectifs
- ⇒ Questionnaire sur le positionnement

Aucun

PRÉ-REQUIS

LES MODALITÉS



À définir en fonction de vos besoins et de vos attentes



Sur devis



10 PERSONNES MAXIMUM