

## OBJECTIFS

Connaître les capacités et limites corporelles des personnes âgées Permettre au personnel d'EHPAD d'acquérir des connaissances théoriques et pratique pour mettre en place des séances d'exercices physiques  
Savoir valoriser la personne et proposer des exercices adaptés Stimuler un groupe, en respectant les capacités de chaque personne Retarder les pertes liées à la maladie évolutive

## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

### 1/ Connaître la personne âgée

- Connaître les fragilités et les pathologies des personnes âgées
- Première rencontre avec la personne
- Définir les objectifs des séances pour chaque résident
- Savoir communiquer avec les autres partenaires de soins (Médecins, Kinésithérapeutes, infirmières, ergothérapeutes...)

### 2 / Les séances d'activité corporelle douce

- Accompagner le personnel au travers d'activités physique et ludiques
- Permettre au résident d'être acteur et retrouver du plaisir
- Redonner la confiance et l'estime de soi
- Comment accompagner la personne dans une séance et la stimuler
- Identifier les outils à mettre à disposition (Ballons, cerceaux, bâtons, tapis...)

### 3 / Démonstrations d'exercices

- Les exercices d'amplitude
- Les exercices de souplesse
- Les exercices de résistance
- Les exercices de tonicité

**PUBLIC** : AS, AES, AMP, ASG, Animatrice

**PREREQUIS** : Aucun

**DUREE** : 2 jours soit 14 heures

**LIEU & DATES** : Intra entreprise

Dates sur demande prévoir un délai d'organisation de 6 semaines en fonction des disponibilités du formateur

**TARIF** : 1250 euros HT par jour

**MODALITES D'ACCES** : Si vous souhaitez vous inscrire à cette formation, merci de compléter le formulaire de contact sur notre site internet [www.resideal-sante.com](http://www.resideal-sante.com) ou nous appeler au 06 64 22 84 83

### MOYEN PEDAGOGIQUE

- Apports théoriques et pratique
- Analyse des situations vécues ou possibles
- Mise en pratique

### MÉTHODE D'ÉVALUATION

- Questionnaire d'évaluation à l'entrée en formation
- Questionnaire d'évaluation des acquis
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction