



IRFA
formation

SANITAIRE SOCIAL MÉDICO-SOCIAL 2019

GYMNASTIQUE DOUCE ET HANDICAP VIEILLISSANT

ARAF – CAUDEBEC EN CAUX

IRFA Evolution est depuis près de 40 ans un acteur majeur de la formation dans les secteurs sanitaire, social, médico-social et des services à la personne.

La qualité des formations est attestée par une certification ISO 9001 et une qualification ISQ OPQF.

IRFA Evolution est habilité comme organisme de DPC par l'ANDPC.

IRFA Evolution conçoit, organise et conduit ses formations en s'appuyant sur une expertise et des valeurs fondamentales de satisfaction et d'adaptation aux besoins des clients.

PROJET DE FORMATION

THEME	GYMNASTIQUE DOUCE ET HANDICAP VIEILLISSANT
DUREE PRECONISEE	3 JOURS
EFFECTIF STAGIAIRES	14 PERSONNES
COUT 2019	1 050 EUROS / JOUR

CONTACTS

RESPONSABLE DE FORMATION	Carène PONTE – 03 22 47 66 42 cponte@irfa-formation.fr
ASSISTANTE DE FORMATION	Laura RIGAUD – 02 33 29 92 21 lrigaud@irfa-formation.fr

1. NOTRE PROPOSITION

Démarche pédagogique proposée par IRFA EVOLUTION

La formation IRFA Evolution s'inscrit dans le cadre de la formation professionnelle tout au long de la vie (FPTLV). Elle se déroule comme suit :

✓ **Un recueil des attentes des participants est réalisé en début de formation.**

Tout en posant la dynamique du groupe, ce temps permet de retenir les attentes des stagiaires en fonction du programme (distribué idéalement avant la formation par l'établissement, il est donné à nouveau par le formateur au début de la formation) et de les remettre en adéquation avec les attentes de l'établissement. Le formateur s'adapte au contexte et aux demandes dans la limite du programme vendu.

✓ **Des apports théoriques** sont faits par l'intervenant et visent à l'augmentation de la connaissance en lien avec la pratique professionnelle sur le thème de la formation. Le travail cognitif des participants est favorisé par une dynamique d'apports utilisant des méthodes adaptées à la formation professionnelle d'adultes : power point brefs, lecture critique, vidéos, apports didactiques ...

✓ **Des séquences d'analyse de la pratique professionnelle** sont réalisées au cours de la formation sur des temps spécifiques et repérés. Elles permettent la mise en liens et la mobilisation entre les représentations antérieures, la mise en oeuvre existante sur le "terrain" , les apports de savoirs et la mise en oeuvre souhaitable des nouvelles notions dans l'exercice professionnel.

✓ **Les séquences de formation** sont interactives et favorisent les échanges et l'expression de chacun (travail en sous-groupes, feed back , débats et échanges ...). Les connaissances préalables des stagiaires sont utilisées comme ressources et non comme obstacles à l'acquisition de nouvelles compétences (Brain storming, Métaplan,...)

✓ **Jeux de rôle / Mises en situation**

Selon les thématiques, il peut être utile d'organiser des jeux de rôles ou mises en situation entre les stagiaires. Ceux-ci ne seront, néanmoins, jamais imposés et seront fonction du groupe et de sa dynamique.

✓ **Remise de documentation et de supports écrits.**

Cette documentation est élaborée par le formateur en amont de la formation en fonction du thème, des caractéristiques des professionnels à former et de leur contexte d'intervention. Dans le cadre de son système qualité, IRFA EVOLUTION s'assure que les documents utilisés par les formateurs sont mis à jour.

✓ **En fin de journée, un temps est pris pour que chacun s'exprime sur le vécu de la journée écoulée.**

Le formateur s'attache à vérifier l'adéquation entre ses apports et les attentes des stagiaires. Dans ce cadre, il est demandé aux stagiaires de s'exprimer sur les points positifs ou négatifs de la journée et ce, afin de permettre éventuellement au formateur de réadapter le travail pour le lendemain.

✓ **Un processus évaluatif complet :**

1- Un formulaire permet d'avoir la trace écrite du recueil des attentes fait en début de formation et sert de référence pour le bilan final.

2- En cours de formation, le formateur vérifie la progression et la satisfaction du groupe.

3- Une évaluation des connaissances acquises sur le thème de la formation est faite en fin de formation. Les résultats en sont restitués au stagiaire et une attestation lui est remise en direct. (Loi du 24/11/2009).

4- Un bilan de fin de formation est réalisé (bilan oral et écrit portant sur la satisfaction et la conformité/programme et attentes des stagiaires).

IRFA EVOLUTION est Organisme de DPC.

L'action de formation pourra être reconnue DPC si elle entre dans l'une des orientations prévues par l'arrêté du 8 décembre 2015 fixant la liste des orientations nationales du développement professionnel continu des professionnels de santé pour les années 2016 à 2018. Nous consulter

Voir détails du contenu pédagogique pages suivantes

Accompagner les personnes handicapées mentales dans le deuil

Public concerné

- Tout professionnel soignant ou d'animation, ergothérapeutes, kinésithérapeutes

Durée fixée

- 3 journées soit 21h de formation

Objectifs

- Acquérir les bases théoriques relatives à l'intérêt et aux conditions de réussite d'une activité physique en établissement
- Expérimenter des techniques adaptées
- Varier les propositions d'exercices faites aux personnes lors des séances de gymnastique douce proposées dans l'établissement
- Mettre en place une prévention des chutes

Éléments de contenu

1. Le vieillissement

- | Le vieillissement physiologique et ses manifestations normales
- | Les manifestations pathologiques du vieillissement : troubles fonctionnels, psychosomatiques, du comportement, de l'humeur, les maladies neurologiques
- | Les manifestations psychologiques
- | Les spécificités du vieillissement en fonction des pathologies et des déficiences
- | Alourdissement des pathologies et des déficiences initiales
- | Vieillesse et polyhandicap

2. Les différents aspects de la gymnastique douce

- | Définition, principes de la gymnastique douce
- | Son évolution, ses divers champs d'application

- | Présentation de diverses méthodes de prise de conscience de son corps et d'éducation gestuelle (g. Alexander, t. Bertherat, Orlic, Feldenkrais ...)
- | Travail autour du jeu et d'exercices psychomoteurs

3. Gymnastique douce et handicaps

- | Adapter la gymnastique douce à une population à mobilité réduite
- | La perte d'autonomie physique et/ou psychologique
- | Les troubles de la communication (troubles du langage, difficultés sensorielles, troubles neuro-moteurs ...)
- | L'investissement de l'espace (investissement d'un espace, orientation et représentation)
- | Les repères temporeux
- | Les troubles du tonus - ses rapports avec la maîtrise des émotions - certains troubles du sommeil - l'équilibre- les coordinations
- | Le relâchement musculaire (répondre à l'hypotonie)
- | Les apports de la relaxation

4. L'équilibre et les chutes

- | Qu'est-ce que l'équilibre ?
- | Les multiples sens du terme "équilibre"
- | Les différents systèmes de l'équilibration
- | Le maintien de l'équilibre en rapport avec les besoins fondamentaux

5. Les moyens de prévention et d'action en prévention des chutes

- | Le repérage des personnes à risques
- | Les tests d'équilibre et les évaluations
- | Les exercices :
 - **Fiches-action pour le maintien de l'équilibre statique**
 - | Renforcement musculaire des membres inférieurs
 - | Renforcement musculaire du tronc
 - | S'entraîner aux déséquilibres maîtrisés
 - | Conseils pour éviter l'hypotension orthostatique
 - **Fiches-action pour entretenir son équilibre dynamique**
 - | Réapprendre à marcher !
 - | Explorer les déplacements
 - | Mobiliser les hanches et le bassin
 - | Renforcer la souplesse des membres inférieurs
 - **Stimuler la coordination visio-motrice**
 - **Modifier le système vestibulaire**

- | Renforcement musculaire et souplesse du cou
- | Modifier la position de la tête dans l'espace
- **Stimuler la proprioception**
 - | Stimuler les fonctions sensibles des pieds
 - | Techniques d'automassages des membres inférieurs
 - | Les techniques de relaxation
 - | Les techniques d'activation mentale
 - | Pour mieux dormir
- **Connaître les techniques d'amortissement**
 - | Les besoins physiologiques lors d'une chute
 - | Renforcement musculaire et souplesse des épaules
 - | Renforcement musculaire et souplesse des bras et des avant-bras
 - | Renforcement musculaire et souplesse des bras et des poignets et des mains
 - | S'entraîner à chuter, à se relever

6. La gymnastique douce en Institution

- | Gymnastique douce et kinésithérapie : un travail complémentaire

7. Animation et organisation d'une séance : rôle et place de l'animateur

- | Travail de groupe et travail en individuel
- | Cadre de déroulement d'une séance (lieu, matériel, rythme,...)
- | Contenu et progression des exercices dans une séance
- | Suivi et évaluation de l'activité/ projet de groupe /projet personnalisé

Méthodes pédagogiques

- ❖ Expérimentation directe par les stagiaires des principales techniques proposées
 - ❖ Apports du formateur, échanges
- Si souhaité par l'établissement, et après accord des personnes concernées, possibilité d'intervention lors des séances de gymnastique proposées dans l'établissement d'accueil.

N.B. : Les participants sont invités à se munir d'une tenue de gymnastique.

Intervenant

Jacques CHOQUES

Jun 2019

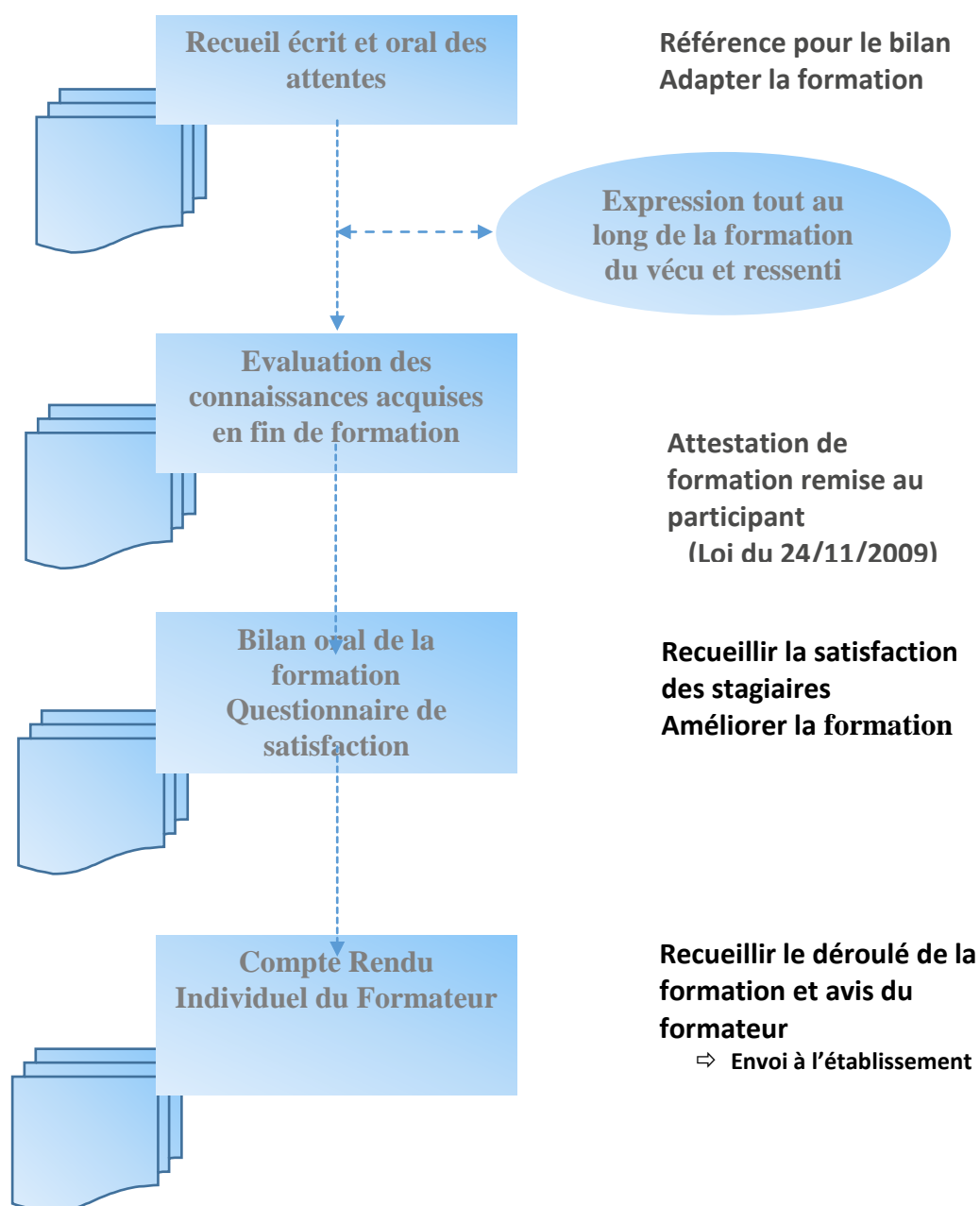
Page 7 sur 12



Carène PONTE - Responsable de formation Régions Hauts de France – Ile de France – Champagne Ardenne
03.22.47.66.42 cponte@irfa-evolution.fr

2. EVALUATION DE LA FORMATION

Un processus évaluatif complet de la réussite des objectifs de la formation :



Le client dispose d'un interlocuteur pour échanger à tout moment sur l'ingénierie de la formation, les objectifs, les modalités de réalisation et d'organisation, les conclusions de la formation.

3. MODALITES D'INTERVENTION

Calendrier : A déterminer sur 2020

Lieu : Dans les locaux de l'établissement.

⇒ Il convient de prévoir la mise à disposition d'une salle et du matériel nécessaire au bon déroulement du stage.

4. MODALITES FINANCIERES

Le coût est de 1 050 euros par jour d'intervention.

Ce tarif s'entend tout compris :

- Frais pédagogiques : Préparation/ Animation / Documentation pour un groupe
- Frais de déplacement, de restauration et d'hébergement des intervenants.

➤ **Soit un total de 3 150 euros pour l'ensemble d'une action de formation.**

CONDITIONS GENERALES DE VENTE DES ACTIONS DE FORMATIONS INTRA ETABLISSEMENT

Documents contractuels

Dès réception de l'accord du client, IRFA EVOLUTION lui fait parvenir une convention de formation professionnelle continue, telle que prévue par la loi, en double exemplaire. Le client s'engage à retourner à IRFA EVOLUTION, dans les plus brefs délais, un exemplaire signé.

Prix, facturation & règlements

La facture est adressée à l'issue de la formation.

Tous nos prix sont nets, IRFA EVOLUTION n'est pas assujetti à la TVA.

ANNEXE 1

IDENTIFICATION DE L'ORGANISME

IRFA : UNE ASSOCIATION LOI 1901 A BUT NON LUCRATIF

Siège social : Pôle Universitaire d'ALENCON – 61250 DAMIGNY Tél : 02-33-29-80-42

N° DECLARATION D'EXISTENCE 25 61 002 51 61

N° IDENTIFIANT DATADOCK 0005075

IRFA évolution est membre du GIE IRFA INFA
et adhère à la Fédération de la Formation Professionnelle (FFP)

IRFA Evolution est habilité par l'ANESM sous le n° H2010-03-367 à procéder à l'évaluation externe des activités et de la qualité des prestations des établissements et services sociaux et médico-sociaux.

IRFA Evolution a reçu l'habilitation à délivrer des Certificats Professionnels F.F.P. dans les domaines « Création, politique et stratégie d'entreprise, Management des hommes- Développement personnel, Formations à des métiers spécifiques, Qualité Sécurité Environnement (QSE) et Développement durable ».

CERTIFICATIONS

Qualification ISQ OPQF

IRFA Evolution est qualifié OPQF (Organisme professionnel de Qualification des Organismes de Formation et de Conseil) depuis 1997 dans les spécialités de formation :

- 1J Santé
- 2A Techniques et Méthodes de management
fonctions associées
- 2C Prévention des Risques (RPS, incendie, SST...)
- 1K Services à la personne et à la collectivité
- 2B Création, Stratégie d'entreprise et
(droit, finance, gestion)
- 2D Communication interpersonnelle

Critères de qualification : **Respect de la réglementation – Pérennité des moyens humains, matériels et financiers – Capacité à concevoir, mettre en œuvre et évaluer des actions de formation – Satisfaction des clients**

Certification ISO

AFNOR Certification certifie que le système de management mis en place par IRFA Evolution pour les activités « Conception, vente et réalisation de prestations de formation continue inter et intra-entreprises relevant des secteurs sanitaire et social » a été évalué et jugé conforme aux exigences requises par ISO 9001.

DOMAINES DE COMPETENCES

Evaluation – Qualité – Projet d'Etablissement – Management – Organisation du travail d'équipe – Prévention des risques psychosociaux – Droit des usagers – Responsabilité des professionnels – Gérontologie – Gériatrie – Pratiques soignantes – Handicap – Accompagnement éducatif – Fin de vie – Deuil – Douleur – Pathologies neurologiques – Santé Mentale – Manutention – Gestes et postures – Prévention des troubles musculo-squelettiques – Médiations et approches corporelles – Communication alternatives – Projet et techniques d'animation – Formations spécifiques à certains métiers – Gestes d'urgence – Enfance – Adolescence – Diététique – Temps repas – Restauration collective – Hygiène – Prévention des infections – Formations spécifiques aux travailleurs handicapés – Accompagnement social

Une équipe à votre écoute

INTRA DANS VOTRE ÉTABLISSEMENT : UN INTERLOCUTEUR EN RÉGION

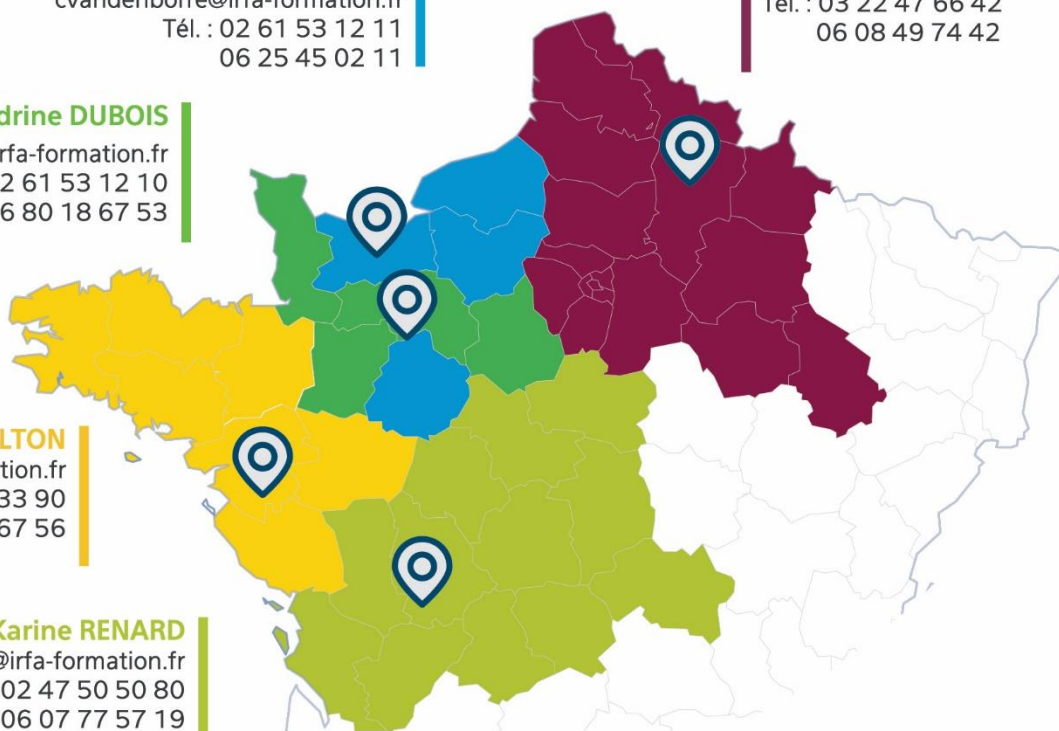
Christine VAN DEN BORRE
cvandenborre@irfa-formation.fr
Tél. : 02 61 53 12 11
06 25 45 02 11

Sandrine DUBOIS
sdubois@irfa-formation.fr
Tél. : 02 61 53 12 10
06 80 18 67 53

Catherine VALTON
cvalton@irfa-formation.fr
Tél. : 02 40 27 33 90
06 80 18 67 56

Karine RENARD
krenard@irfa-formation.fr
Tél. : 02 47 50 50 80
06 07 77 57 19

Carène PONTE
cponte@irfa-formation.fr
Tél. : 03 22 47 66 42
06 08 49 74 42



INTER DANS NOS LOCAUX

Christine PÉAN
inter@irfa-formation.fr
Tél. : 02 33 28 28 41



ALENÇON, CAEN | AUTRES VILLES SUR DEMANDE



SIÈGE SOCIAL :

Pôle Universitaire d'Alençon
61250 DAMIGNY
Tél : 02 33 29 80 42 | Fax : 02 33 28 63 63
evolution@irfa-formation.fr

