LIMOUSIN
Axe 3 : ACCOMPAGNEMENT ET SOINS DES USAGERS - SECTEUR PERSONNES ÂGEES

Animation d'ateliers de gymnastique douce

Contexte

Redonner vie au corps d’une personne âgée, par le mouvement, c’est l’inscrire dans une démarche bientraitante volontaire de soin, d’autonomie et de confiance en soi… Sous sa forme « douce », elle est à la base des pratiques de prévention chez la personne âgée : risque de chute, dénutrition, perte de force musculaire, isolement social, dépression …. La gymnastique douce a un effet sur l’autonomie et la qualité de vie des résidents dans les structures sanitaires et médico-sociales. Cette formation donne aux professionnels prenant en charge des personnes âgées les éléments nécessaires aux choix des techniques les plus adaptées

Objectifs

- Apprendre à travailler en lien avec les professionnels connaissant les capacités et les limites des patients/résidents (kinésithérapeute, psychomotricien, ergothérapeute, IDE, éducateur sportif…)
- Construire un atelier de gymnastique douce, animer, évaluer, utiliser les ressources internes
- Prévoir d’organiser la mise en valeur des réalisations des ateliers

Programme

Objectif 1 : ■ Apprendre à travailler en lien avec les professionnels connaissant les capacités et les limites des patients/résidents (kinésithérapeute, psychomotricien, ergothérapeute, IDE, éducateur sportif…) ■ Comment définir notre place et le rôle de chacun ? ■ Comment communiquer efficacement avec les professionnels connaissant les capacités et les limites des patients/résidents (kinésithérapeute, psychomotricien, ergothérapeute, IDE, éducateur sportif…) ? ■ L'intelligence collective au service du résident et de tous. ■ Renforcer son rôle d'équipier dans une prise de décision partagée ■ Communiquer sereinement Objectif 2 : ■ Les conséquences physiques et biologiques du vieillissement ■ Les effets du vieillissement sur les capacités motrices et physiques ■ Les conséquences du vieillissement sur la perception du schéma corporel ■ Acquérir les bases sur l'anatomie fonctionnelle ■ Les objectifs des activités gymnastique douce ■ Principe de fonctionnement d'un atelier ■ Les types d'exercices proposés ■ L'élaboration et l'animation d'ateliers de gymnastique douce basés sur des principes clairs et partagés avec les professionnels connaissant les capacités et les limites des patients/résidents ■ L’organisation de l’atelier et précautions Objectif 3 : ■ Les éléments permettant de mettre en valeur les ateliers et de favoriser la pérennité des ateliers ■ Favoriser le partage entre résidents et toute l’équipe ■ Élaborer un calendrier d’animations « gymnastique douce » ouvert et visible et ouvert à tous ■ Organiser la logistique d’une animation avec des partenaires ou collaborateurs ■ Communiquer avec les familles façon large et pertinente sur les bénéfices

Public
Animateurs et tout professionnel ayant développé une appétence pour l'organisation d'activités d’animation et souhaitant assister le professionnel qualifié à l’animation.

Exercice
2025

Nature
AFC

Organisé par
RESEAU CEDRE SANTE

Durée
14 heures