La prévention des chutes des personnes en situation de handicap (C. BIENZ)

Objectifs

Être en capacité d'appliquer les recommandations de préventions des chutes primaires et secondaires (contribuer à la prise en charge d'un éventuel syndrome post chute) auprès des personnes âgées et ou en situation de handicap

Formateur.trice

Chantal BIENZ

Cadre de santé – Formatrice en manutention des malades et Gestes et Activation Physique pour personnes Agées (GAPA)

Tarifs

Nous contacter pour un devis

Organisation

Construction du groupe :
15 personnes

7h / 1 jour

Public et Prérequis

Personnels soignants

Contenu

Au cours de cette journée de formation on abordera : la chute : sa définition, ses causes, ses conséquences ainsi que le syndrome post chute / désadaptation psychomotrice.

La formation se base sur les recommandations générales relatives à la prévention des chutes : présentation succincte du plan antichute des personnes âgées, exercices physique, travail de l'équilibre, nutrition, soins corporels particulièrement des pieds, chaussage, aménagement de l'environnement, téléassistance, aides techniques adaptées à la marche.

Le stagiaire sera capable d'identifier les sujets à risques de chutes : pathologie et prises de médicamenteuses, antécédents de chute, …
Le stagiaire aura en fin de formation des connaissances pratiques : exercices physiques adaptés mobilité, renforcement musculaire, équilibre, étirement, relevé du sol).

Les échanges avec les stagiaires seront orientés sur leurs préoccupations professionnelles propres et sur la complémentarité du fonctionnement en équipe pluriprofessionnelles.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET PRATIQUES
– Lieu : salle adaptée à l'effectif, assez grande pour assurer l'espace des exercices de gym, nécessité d'un vidéo projecteur et adaptateur si besoin, paper board + feutres différentes couleurs
– Tapis de gym (1 par participant + 1 pour la formatrice) + un ballon
– Alternance des séquences théoriques (Supports papier fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques sous supervision du formateur.
– Merci de vous munir d'une tenue confortable (jogging ou pantalon souple, chaussures de sport, pas de talons hauts) afin d'effectuer l'ensemble de la partie pratique de la formation.

MODALITES DE SUIVI DE L'EXECUTION DU PROGRAMME ET D'EVALUATION
– Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
– Évaluation des apports de la formation :
o Pré et Post-test
o Quizz – questionnaires
o Échanges autour des cas emblématiques
– Questionnaire de satisfaction de fin de formation

ACCES AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP
Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie)

Programme détaillé de la formation

Jour 1	Contenus	Pédagogie	
	Citer les points relatifs à la problématique de la chute, les recommandations de prévention Citer les points clés de la prévention Pratiquer des exercices d'activité physique adaptée		
09h00 10h30	Accueil des stagiaires – Tour de table – recueil des attentes Evaluation des connaissances de début de formation Présentation de la trame de formation Apports connaissances, définition, causes, conséquences des chutes, syndrome post-chute, importance des exercices physiques, travail de l'équilibre, nutrition, …	Interrogative Magistrale	Présentation des participants Questionnaire de connaissances de début de formation. Travail/atelier en sous-groupe Diaporama de présentation de la formation
	Pause		
10h45 12h30	Apports connaissances, suite Présentation et description d''exercices physiques adaptés	Magistrale	Démonstrations/passage à la pratique pour les stagiaires (concernant les exercices physiques) Projection du diaporama et supports audiovisuels Documents papier Documents vidéo
	Repas		
13h30 15h30	Exercices physiques adaptés Suite apports connaissances Soins corporels particulièrement des pieds, chaussage, aménagement de l'environnement, téléassistance, aides techniques adaptées à la marche et au fauteuil roulant Identifier les facteurs de risques et éventuellement les sujets à risque de chutes	Magistrale	Exercices physiques adaptés Suite apports connaissances Soins corporels particulièrement des pieds, chaussage, aménagement de l'environnement, téléassistance, aides techniques adaptées à la marche et au fauteuil roulant Identifier les facteurs de risques et éventuellement les sujets à risque de chutes Documents vidéos
	Pause		
15h45 16h45	Facteurs prédisposants à une chute : pathologies et prises médicamenteuses, antécédents de chute Exercices physiques : étirements	Magistrale Expérimentale	Projection du diaporama et supports audiovisuels Démonstrations / passage à la pratique pour les stagiaires avec supervision du formateur
16h45 17h00	Evaluation de fin de formation et de l'objectif opérationnel Echange oral avec les participants + questionnaire écrit	Interrogative	Evaluation de fin de formation Questionnaire de satisfaction