

# Connaître les conséquences du vieillissement pour mieux accompagner la personne âgée

**Réf : PA002**

MAJ : 04/23

## Public concerné

Toute personne travaillant au quotidien auprès de personnes âgées  
Effectif : de 1 à 10 personnes

## Durée

2 jours – 14 heures

## Pré-requis

Aucun

## Méthodes pédagogiques

Recueil des attentes des stagiaires  
Apports d'éléments théoriques  
Analyses des pratiques

## Moyens et techniques pédagogiques

Utilisation du simulateur de vieillissement  
Support pédagogique remis à chaque stagiaire

## Lieu

En INTRA : dans vos locaux

## Objectifs opérationnels

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité :

- de prendre en compte les conséquences du vieillissement physiologique
- de mettre en œuvre les savoir-faire et savoir-être nécessaires à un accompagnement quotidien de la personne âgée

## Contenu du stage

### La connaissance de la personne âgée

Le processus de vieillissement  
Autonomie, indépendance, dépendance  
Le corps vécu  
Etre regardé, être touché  
Conséquences sur la relation à l'autre

### Utilisation du simulateur de vieillissement : et si j'avais 80 ans ?

Ressentir pour comprendre les difficultés motrices et sensorielles de la personne âgée

La vue : lunettes spécialement étudiées pour permettre de simuler des troubles visuels, tels que le glaucome, la cataracte, la DMLA...

L'ouïe : le handicap vient de l'atténuation ou de la disparition de certaines fréquences, alors que d'autres restent identiques ou s'atténuent moins. On s'aperçoit vite que de répéter plus fort ne change pas grand-chose

La motricité : prothèses limitant les flexions des articulations et entravant les mouvements, simulateur de tremblement, sur chaussures de démarche hésitante...

### L'accompagnement au quotidien

Comprendre les mécanismes de défense liés à la perte d'autonomie  
S'adapter aux difficultés spécifiques de chaque personne  
Donner plus d'importance aux temps « usuels »  
Identifier les sources de difficultés aux repas et à la toilette  
S'adapter pour rendre la personne autonome là où elle peut encore l'être

## Dispositif de suivi et d'évaluation

Evaluation en cours d'acquisition qui peut être faite, selon le contenu de la formation, sous forme :  
Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeux de rôles..  
Questionnaire de fin de formation  
Evaluation de satisfaction

## Profil du formateur

Nos formateurs et consultants sont choisis pour leurs expertises métiers et leurs compétences pédagogiques