

Mobiliser la personne dépendante  
tout en favorisant le prendre soin et le bien-être

**PUBLIC**

Tout professionnel soignant ou accompagnant

**PREREQUIS**

Aucun

**NOMBRE DE PARTICIPANTS**

10 personnes maximum

**DUREE**

2 jours soit 14 heures

**INTERVENANTE**

Accompagnante personnes âgées dépendantes et formatrice approches non médicamenteuses

**MODALITES PRATIQUES**

- . Formation en présentiel
- . Intra et inter établissement
- . Prochaine session :  
1, 2 octobre 2025  
A Arzacq (64)
- . Devis sur simple demande
- . Accessibilité handicapé :  
Nous consulter
- . Inscription par mail / téléphone

**VALIDATION**

Attestation de formation

**DISPOSITIF DE L'ACTION**

En amont : Prévisite, recueil des besoins des participants

Au cours de formation :

Evaluation lors des mises en situation, des études de cas et réflexions de groupe

En fin de formation :

Evaluation des acquis par post-test et évaluation de la satisfaction des participants

A 3-6 mois : Evaluation à distance

La formation propose d'apprendre à **mobiliser manuellement** une personne tout en prenant soin de soi et de la personne accompagnée. Préserver son intégrité physique en même temps que valoriser les capacités de la personne pour maintenir son autonomie sont les priorités.

**OBJECTIFS**

Le stagiaire sera capable de ...

- Comprendre le vécu de la personne âgée dépendante en expérimentant par soi-même des restrictions sensorielles et motrices
- Proposer des mobilisations adaptées aux capacités de la personne, favorisant ainsi la bienveillance
- Identifier des principes posturaux de base et des gestes adaptés favorisant le prendre soin de soi

**PROGRAMME**

Module 1 : Les représentations en amont de nos actions

- Questionnement individuel et collectif sur les représentations en lien avec le vieillissement, avec les notions de mobilisation et de manutention

Module 2 : de la petite enfance à la personne âgée

- Du développement psychomoteur de l'enfant à la verticalisation et à la mobilisation de la personne âgée dépendante
- Les grands principes et les 5 R (retournement, repousser, respiration, regard, recentrage). Les consignes qui en découlent
- Expériences pratiques avec simulateur de vieillissement, sensoriel et moteur

Module 3 : Prendre soin de soi : les principes de base

- Une vision globale du corps, les principes relationnels, posturaux et fonctionnels qui nous guident. Les pratiques qui en découlent

Module 4 : Pratiques de mobilisation

- Mises en situations pratiques de transferts et mobilisations de personnes ayant des capacités différentes. Jeux de rôle
- Observation/ analyse des situations et élaboration des conduites soignantes à tenir pour accompagner de manière adaptée

**MODALITES PEDAGOGIQUES**

- Diaporama
- Animation participative et interactive
- Mises en situation de restriction sensorielle et de mobilité avec utilisation d'accessoires de simulation de vieillissement
- Echange et analyse des pratiques
- Apports théoriques et informatifs
- Prise en compte des expériences et des situations concrètes rencontrées par les participants
- Jeux de rôle
- Remise d'un livret pédagogique

**Merci d'apporter un coussin, un plaid et une ceinture solide (type ceinture en cuir ou ceinture de robe de chambre) et de prévoir une tenue adaptée pour la pratique.**

La durée et le contenu de cette formation sont personnalisables en fonction de vos besoins