



Protection de l'autonomie des personnes âgées

Pratiques professionnelles des métiers
de l'aide à domicile

Santé et autonomie

Mobilité et activités physiques

Alimentation et rythmes alimentaires

Communication et transmission

Sommaire

Contexte et cadre de référence	3
Description et organisation générale de la formation	4
Programme de la formation	6
Contenu de la formation : les compétences attendues des aides à domicile en protection de l'autonomie des personnes âgées	8
Moyens et ressources pour la formation	10
Déroulement pédagogique de la formation	12
Récapitulatif des outils de la formation	14
Grille des pratiques	16
Programmes des modules	
▶ Module P1 - Pratiques professionnelles	18
▶ Module S1 - Santé et autonomie	22
▶ Module M1 - Mobilité et activités physiques	25
▶ Module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires	28
▶ Module C1 - Communication et transmission	31
▶ Module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires	34
▶ Module M2 - Mobilité et activités physiques	37
▶ Module S2 - Santé et autonomie	40
▶ Module C2 - Communication et transmission	43
▶ Module P2 - Pratiques professionnelles	47
Professionnels ayant participé à la conception de la formation	50
Organismes en charge du déploiement de la formation	52
Ressources	54

Contexte et cadre de référence

La Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) a pour objectifs opérationnels de rendre plus adéquates les réponses individuelles et collectives aux attentes et besoins des personnes, de chercher à objectiver les besoins et d'évaluer l'impact des réponses apportées, de partager l'information et rendre les enjeux intelligibles ainsi que d'avoir une démarche participative avec les acteurs locaux et développer la mutualisation des pratiques. Dans le cadre de la convention 2008-2012 entre la CNSA et l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes), une action consistait à développer l'acquisition de connaissances et de compétences des intervenants professionnels à domicile afin qu'ils soient en capacité de prendre en compte l'approche multidimensionnelle dans le maintien, la réhabilitation ou la préservation de l'autonomie des personnes âgées à domicile, dans une approche globale de promotion de la santé.

L'Inpes a expérimenté une formation de cinq jours pour des professionnels de l'aide à domicile dans toutes les régions de France sur le thème de la protection de l'autonomie des personnes âgées. Cette formation a été conçue dans une démarche de formation action. En 2008 et 2009, l'Inpes a élaboré et expérimenté le contenu de la formation avec un groupe d'experts et des équipes régionales pluridisciplinaires de cinq formateurs dans quatre régions pilotes (Centre, Champagne-Ardenne, Franche-Comté, Nord-Pas-de-Calais). En 2010-2011, après ajustement, la formation a été mise en place dans les 22 régions restantes, par des équipes régionales pluridisciplinaires de cinq formateurs cette fois choisies par appel d'offres. Pour faciliter l'appropriation de cette formation, l'Inpes a organisé 6 journées nationales de sensibilisation pour les 22 équipes régionales de formateurs. À ce jour, un réseau de 130 formateurs a été constitué, la formation a été déployée dans les 26 régions et 400 professionnels de l'aide à domicile ont été formés.

En référence à la Charte d'Ottawa, base de la promotion de la santé, l'approche de santé développée dans la formation est une vision de la santé positive mettant en valeur les capacités physiques des personnes âgées, les ressources sociales et individuelles ainsi que la prise en compte de l'environnement de la personne âgée. Pour aborder la question de la protection de l'autonomie de la personne âgée, quatre thèmes sont déclinés : santé et autonomie, mobilité et activités physiques, alimentation et rythmes alimentaires, communication et transmission.

Pour protéger l'autonomie de la personne âgée, la posture du professionnel de l'aide à domicile inclut cette approche positive et globale. La posture positive consiste à prendre en compte l'observation du potentiel d'autonomie de la personne dans son environnement (et pas seulement les limites ou les difficultés rencontrées par la personne) pour ensuite se positionner en complémentarité de ce potentiel de la personne dans les gestes du quotidien. Pour une posture globale, quatre stratégies sont développées avec des activités pour le maintien de l'autonomie de la personne, l'adaptation des pratiques en fonction de l'aménagement du domicile et des aides techniques, des activités de communication vers le réseau familial et social et la transmission d'informations vers les responsables, employeurs des professionnels de l'aide à domicile.

Cette brochure présente la formation de cinq jours pour les aides à domicile sur le thème de la protection de l'autonomie des personnes âgées. En première partie, sont présentés les éléments généraux de la formation : le programme, l'organisation et le contenu des modules, l'équipe de formateurs, la construction et les ressources pédagogiques. En deuxième partie, une présentation de chacun des dix modules d'une demi-journée est décrite avec le programme global, le déroulement pédagogique et les éléments d'évaluation illustrés de paroles de formateurs et de professionnels de l'aide à domicile. Les supports de formation : questionnaires d'évaluation, carnets de bord et supports pédagogiques sont à télécharger sur le site de l'Inpes, *via* les mots-clés « Formation aides à domicile ».

Description et organisation générale de la formation

L'objectif de cette formation est d'améliorer et de renforcer les compétences des aides à domicile pour la protection de l'autonomie des personnes âgées à domicile dans les pratiques du quotidien autour de quatre thématiques : Santé et autonomie, Mobilité et activités physiques, Alimentation et rythmes alimentaires, Communication et transmission.

Cinq modules composent la formation :

- ▶ **module P - Pratiques professionnelles**
- ▶ **module S - Santé et autonomie**
- ▶ **module M - Mobilité et activités physiques**
- ▶ **module A - Alimentation et rythmes alimentaires**
- ▶ **module C - Communication et transmission**

Pour illustrer le thème de la protection de l'autonomie, un logo figure sur l'ensemble des documents de la formation, représentant une maison avec un code couleur pour chaque module.



Chaque module est composé de deux unités d'une demi-journée :

- ▶ les unités 1 se déroulent les premiers jours de la formation. Deux thèmes sont abordés : les besoins de santé et les éléments de protection en termes de vieillissement normal ainsi que l'observation du potentiel d'autonomie de la personne dans son environnement ;
- ▶ les unités 2 se déroulent les derniers jours de la formation. Deux thèmes sont abordés : les éléments de protection en termes de vieillissement pathologique ainsi que la mise en œuvre des réponses professionnelles en complément du potentiel d'autonomie de la personne dans son environnement.

La formation se déroule sur 5 jours en 3 sessions avec un intervalle de 2 à 3 semaines entre chaque session.

Organisation de la formation « Protection de l'autonomie des personnes âgées »

Formation Modules	Jour 1		Jour 2		3 semaines	Jour 3		Jour 4		3 semaines	Jour 5	
	M	AM	M	AM		M	AM	M	AM		M	AM
P - Pratiques professionnelles	P1											P2
S - Santé et autonomie		S1							S2			
M - Mobilité et activités physiques			M1					M2				
A - Alimentation et rythmes alimentaires				A1			A2					
C - Communication et transmission						C1					C2	

L'ordre des modules est important dans la progression pédagogique de chacune des 3 sessions :

- ▶ le module P - Pratiques professionnelles introduit et termine la formation. Il s'agit en P1 de faire connaissance et d'identifier les représentations et en fin de formation, en P2, de répertorier les Pratiques professionnelles pour protéger l'autonomie des personnes âgées dans une approche globale et positive ;
- ▶ le module S1 - Santé et autonomie introduit les 2 modules thématiques M1 - Mobilités et activités physiques et A1 - Alimentation et rythmes alimentaires alors que le module S2 conclut les 2 modules thématiques M2 et A2 ;
- ▶ le module C - Communication et transmission introduit la deuxième et la troisième sessions de formation.

Programme de la formation

Jour 1

- ▶ **9h00 – 12h30: module P1 - Pratiques professionnelles**
Identifier les représentations et les définitions de l'autonomie des personnes âgées
 - > Se présenter et recueillir les attentes des participants
 - > Lister les représentations de la santé des personnes âgées
 - > Construire une définition de l'autonomie des personnes âgées
 - > Présenter la formation Protection de l'autonomie des personnes âgées
- ▶ **14h00 – 17h15: module S1 - Santé et autonomie**
Connaître les différents types de vieillissement et les facteurs protecteurs de l'autonomie
 - > Identifier les variables de la grille de mesure du degré d'autonomie (Aggir)
 - > Connaître les évolutions de santé en fonction de l'âge et des trajectoires de vie
 - > Observer globalement les éléments favorables et défavorables à l'autonomie des personnes âgées

Jour 2

- ▶ **9h00 – 12h30: module M1 - Mobilité et activités physiques**
Connaître les recommandations d'activité physique pour encourager la mobilité
 - > Pratiquer la marche et identifier les différentes activités pour bouger au quotidien
 - > Connaître les pratiques de mobilité des personnes âgées et leurs activités spontanées
 - > Se positionner en binôme aidant-aidé pour être un complément dans les activités de mobilité
 - > Observer le potentiel de mobilité chez les personnes âgées dans leur environnement
- ▶ **14h00 – 17h15: module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires**
Connaître les repères nutritionnels et réaliser des menus en fonction de l'existant
 - > Connaître les repères alimentaires pour les personnes âgées
 - > Valoriser les boissons
 - > Savoir mettre en œuvre un repas de midi en fonction de l'existant au domicile de la personne âgée
 - > Observer le potentiel d'autonomie en alimentation des personnes âgées dans leur environnement

Jour 3

- ▶ **9h00 – 12h30: module C1 - Communication et transmission**
Identifier les différents types de communication dans le métier d'aide à domicile
 - > Répertorier les différentes situations de communication dans le métier d'aide à domicile
 - > Susciter des échanges sur les difficultés de communication avec les personnes âgées
 - > Connaître les manières de communiquer
 - > Observer globalement les éléments favorables et défavorables à la communication
- ▶ **14h00 – 17h15: module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires**
Identifier les facteurs de prévention de la dénutrition et protéger l'alimentation des personnes
 - > Identifier les facteurs facilitant et limitant l'alimentation chez les personnes âgées
 - > Savoir proposer des repas en cas de perte d'appétit ou de difficultés à manger
 - > Connaître les facteurs de prévention de la dénutrition
 - > Construire des réponses globales pour protéger l'alimentation des personnes âgées

Jour 4

► 9h00 – 12h30: module M2 - Mobilité et activités physiques

Identifier les facteurs de prévention des chutes et protéger la mobilité des personnes

- > Identifier les facteurs facilitant et limitant les pratiques de mobilité chez les personnes âgées
- > Connaître les facteurs de prévention des chutes
- > Élaborer une grille d'observation pour se déplacer en sécurité et convivialité
- > Construire des réponses globales pour protéger la mobilité chez les personnes âgées

► 14h00 – 17h15: module S2 - Santé et autonomie

Identifier les besoins spécifiques et protéger l'autonomie des personnes

- > Identifier les facteurs facilitant et limitant l'autonomie des personnes âgées
- > Connaître les besoins de protection en termes de maladie d'Alzheimer
- > Se questionner éthiquement sur les droits et les libertés des personnes
- > Construire des réponses globales pour protéger l'autonomie des personnes

Jour 5

► 9h00 – 12h30: module C2 - Communication et transmission

Savoir communiquer pour protéger l'autonomie des personnes âgées

- > Développer la négociation et l'argumentation en utilisant les jeux de rôle
- > Élaborer un plan de transmission en utilisant la ligne de positionnement
- > Connaître les repères pour communiquer de manière globale et positive
- > Construire des réponses pour protéger l'autonomie en communication des personnes

► 14h00 – 17h15: module P2 - Pratiques professionnelles

Savoir se positionner pour protéger l'autonomie des personnes âgées

- > Répertorier les pratiques professionnelles protégeant l'autonomie de la personne âgée dans une approche globale et positive
- > Réfléchir sur la notion d'autonomie des personnes âgées
- > Évaluer la formation

Contenu de la formation : les compétences attendues des aides à domicile en protection de l'autonomie des personnes âgées

Objectifs		Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Modules					
Pratiques professionnelles	P1	Décrire l'autonomie des personnes âgées Connaître le contenu de la formation	Se représenter ce que les personnes âgées ont dans la tête, les mains, le cœur et les pieds	Classer des définitions de l'autonomie	Exprimer les besoins et attentes/formation
	P2	Savoir définir l'autonomie des personnes âgées dans une approche globale et positive	Adopter une posture globale et positive/potentiel d'autonomie de la personne âgée	Mettre en œuvre des actes professionnels protecteurs de l'autonomie	Décrire les pratiques professionnelles protégeant l'autonomie
Santé et autonomie	S1	Connaître les différents types de vieillissement et les éléments protecteurs de l'autonomie	Adhérer à une vision dynamique et globale de la santé des personnes âgées	Classer les variables de la grille Aggir selon les 4 thèmes de la formation Identifier le potentiel d'autonomie des personnes âgées	Décrire le potentiel d'autonomie globale des personnes âgées
	S2	Connaître les éléments de protection de l'autonomie/maladie d'Alzheimer et dépression	Se questionner sur les droits et libertés des personnes	Repérer les aides et ressources pour protéger l'autonomie des personnes âgées	Valoriser les éléments protecteurs de l'autonomie des personnes âgées
Mobilité et activités physiques	M1	Connaître les pratiques de mobilité des personnes âgées	Adhérer au bienfait de la marche pour la santé	Se positionner en complément dans les activités de mobilité Identifier le potentiel d'autonomie en mobilité	Expliquer les bienfaits de la marche et des activités physiques
	M2	Connaître les facteurs de risque des chutes chez les personnes âgées	Percevoir l'importance des stimulations sensorielles pour encourager à la mobilité	Repérer les éléments à risque et les solutions pour faciliter la mobilité et les activités physiques	Valoriser les ressources pour favoriser la mobilité et les activités physiques

Objectifs Modules		Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Alimentation et rythmes alimentaires	A1	Connaître les recommandations alimentaires pour les personnes âgées	Adhérer au plaisir de boire de l'eau	Construire des repas de midi équilibrés fonction de l'existant Identifier le potentiel d'autonomie en alimentation	Expliquer l'importance des différents repères en alimentation et boisson
	A2	Connaître les recommandations/ manque d'appétit ou difficultés à s'alimenter Savoir repérer les signes pour prévenir la dénutrition	Percevoir l'importance des stimulations sensorielles pour mettre en appétit	Composer des repas adaptés équilibrés Répertorier les pratiques alimentaires renforçant l'autonomie	Valoriser l'importance des rythmes alimentaires équilibrés
Communication et transmission	C1	Connaître les modes de communication	Percevoir l'importance des mots, des gestes dans la communication	Mettre en œuvre des postures empathiques pour communiquer Identifier le potentiel de communication des personnes âgées	Expliquer les éléments favorables et défavorables à la communication
	C2	Connaître les modalités en négociation et argumentation	Replacer la personne âgée au cœur des décisions dans la communication	Savoir-faire un plan de transmission	Valoriser les ressources en communication et lien social

Moyens et ressources pour la formation

Une équipe pluridisciplinaire de formateurs pour une approche globale et positive de protection de l'autonomie

Cette formation est conçue pour être dispensée par une équipe pluridisciplinaire constituée de 5 formateurs. Un formateur généraliste en promotion de la santé, présent les 5 jours de formation, assure la coordination, le rôle de fil rouge et anime le module P - Pratiques professionnelles. Quatre formateurs spécifiques spécialisés en santé des personnes âgées animent les modules thématiques :

- ▶ médecin gériatre ou cadre de santé pour le module S - Santé et autonomie ;
- ▶ kinésithérapeute ou éducateur en activités physiques adaptées pour le module M - Mobilité et activités physiques ;
- ▶ diététicien ou éducateur nutritionnel pour le module A - Alimentation et rythmes alimentaires ;
- ▶ psychologue ou sociologue pour le module C - Communication et transmission.

Le rôle de fil rouge du formateur en promotion de la santé est très important pour être garant de la dynamique du groupe et de la cohérence entre les modules :

- ▶ il introduit chaque demi-journée de formation en faisant référence aux éléments abordés précédemment, il accompagne les différents outils de formation : le questionnaire d'évaluation, la grille des pratiques, les feuilles de synthèse ;
- ▶ il est à l'écoute des participants en termes de questions, de difficultés de compréhension et réalise l'évaluation ;
- ▶ il reporte sur chaque carnet de bord le déroulement pédagogique, les faits saillants, la dynamique de groupe, la valorisation des pratiques et des compétences.

Les formateurs spécifiques ont pour objectifs de dérouler les modules selon le cahier des charges de la formation, d'être dans une pédagogie s'appuyant sur les compétences des aides à domicile et de favoriser une démarche participative.

Pour la mise en œuvre de la formation, il est nécessaire d'organiser différents temps avec l'équipe de formateurs : avant la formation pour s'approprier les objectifs et les ressources, et trois temps pour suivre la mise en œuvre : avant et après la 2^e session et en fin de formation.

Des outils pour garantir la cohérence pédagogique de la formation

Des tableaux de bord par module pour les formateurs*

Chacune des 10 demi-journées de formation comporte un tableau de bord construit en 4 pages à télécharger sur le site de l'Inpes. La 1^{re} page présente le programme du module. Les 2 pages intérieures sont destinées au professionnel fil rouge de la formation avec une page pour noter les faits saillants au cours du déroulement du module et une autre page pour reporter quatre éléments : le feedback sur la formation autour de la notion de protection de l'autonomie, la réalisation des activités, la dynamique de groupe et la participation, la valorisation des compétences. La 4^e page est à remplir par le formateur spécifique avec 4 éléments d'évaluation : l'atteinte des objectifs sur une échelle de 1 à 4, les facteurs facilitant et limitant le déroulement du module et le niveau de satisfaction par rapport à l'interaction avec le groupe.

Des questionnaires d'évaluation pour les participants*

Un questionnaire d'évaluation est construit pour chacune des trois séquences de formation : le questionnaire Q1 pour la 1^{re} séquence de 2 jours, le questionnaire Q2 pour la 2^e séquence de 2 jours et le questionnaire Q3 pour le 5^e jour.

Cinq types de données sont recueillis :

- ▶ des éléments descriptifs des participants : nom, âge, service, diplôme, ancienneté, formations suivies et loisirs ;
- ▶ un relevé des attentes par rapport à la formation en début de 1^{re} séquence et de 2^e séquence de formation ;
- ▶ une définition de l'autonomie des personnes âgées demandée en début et en fin de formation ;
- ▶ pour chaque module, un billet d'humeur au début et en fin de module et les éléments découverts au cours du module ;
- ▶ une évaluation intermédiaire et finale sur les apports de la formation, les mises en œuvre et les difficultés, une note de satisfaction et l'utilité de chacun des 5 modules.

Une grille des pratiques de protection de l'autonomie des personnes âgées* (page 16 de la brochure)

La grille des pratiques est le document de travail participatif utilisé en fin de chaque demi-journée de formation pour répertorier les pratiques protégeant l'autonomie. Pour chacune des 4 thématiques sont répertoriées 4 stratégies :

- ▶ des pratiques pour stimuler ou aider la personne âgée en fonction de son potentiel d'autonomie ;
- ▶ des pratiques prenant en compte les aides techniques et l'aménagement du domicile ;
- ▶ des pratiques en fonction de l'environnement social de la personne ;
- ▶ des éléments à communiquer au responsable de secteur du professionnel de l'aide à domicile.

La grille est structurée en deux parties :

- ▶ une partie observation du potentiel d'autonomie de la personne dans son environnement, à remplir en première partie de la formation, au cours de l'unité 1 de chaque module ;
- ▶ une partie action en complémentarité du potentiel de la personne, à remplir en deuxième partie de la formation, au cours de l'unité 2 de chaque module.

C'est à partir de leur expérience, en prenant pour exemples des situations de travail chez des personnes âgées, que les participants peuvent en binôme remplir la grille. L'objectif de ce travail est de mettre en réflexion des pratiques de protection de l'autonomie dans les gestes professionnels.

* Ces documents sont à télécharger sur le site internet de l'Inpes, via les mots-clés « Formation aides à domicile ».

Déroulement pédagogique de la formation

Chacun des 5 modules repose sur un cadre pédagogique conjuguant les quatre types de pratiques professionnelles et les différentes activités pédagogiques : les connaissances, les attitudes (savoir-être), les aptitudes (savoir-faire et le savoir-dire). Cette compétence est très importante dans la posture de l'aide à domicile pour transmettre des informations à la personne âgée, à l'aidant proche, à l'employeur et aux professionnels.

À partir du tableau de compétences attendues en protection de l'autonomie (pages 8 et 9 de la brochure), garant d'une approche de promotion de la santé par déterminants, chaque module est construit selon sept séquences :

- ▶ une évaluation sous forme de billet d'humeur ;
- ▶ la présentation du module ;
- ▶ des mises en situation intégrant les aides techniques et l'environnement du domicile et du quartier ;
- ▶ des apports de connaissances pour comprendre les besoins et les ressources en termes de protection de l'autonomie ;
- ▶ la grille des pratiques, document de travail participatif des aides à domicile tout au long de la formation ;
- ▶ des éléments de communication sous forme de synthèse en feuille de tableau, mémoire de chaque module ;
- ▶ des éléments d'évaluation sous forme de billet d'humeur et sur les éléments découverts.

Excepté le temps de présentation du module, rapide pour les unités 1, plus important de retour sur les pratiques pour les unités 2 des modules, l'organisation de chaque module est identique.

Travailler à partir des savoirs existants et de l'expérience

La pédagogie utilisée dans la formation permet de positionner les participants dans une démarche active de co-construction des compétences, laquelle fait écho à la dimension participative de la promotion de la santé. Trois éléments dans la formation permettent de placer les professionnels de l'aide à domicile au centre de la formation.

La posture des formateurs

Il est demandé à chacun des formateurs de travailler à partir des savoirs et des expériences des participants. Le professionnel en promotion de la santé – responsable du module Pratiques professionnelles et présent comme fil rouge pendant toute la formation – est notamment garant de la prise en compte des paroles et interrogations des participants.

De la réflexion en petits groupes

L'accès à la lecture ou à l'écriture peut être difficile. En conséquence, les participants ne sont jamais laissés seuls face à l'écrit. Le travail en binôme est systématiquement utilisé en début et en fin de module pour remplir le questionnaire d'évaluation en note d'humeur et en éléments découverts ainsi que la grille des pratiques professionnelles. C'est par l'échange, en prenant des exemples très concrets de travail que les pratiques professionnelles autour de la protection de la santé seront questionnées. Chaque module comporte une mise en situation qui se déroule systématiquement en sous-groupe.

Des synthèses spécifiques à chaque module

Chaque module comporte des mises en situation, l'utilisation de la grille des pratiques et l'évaluation. Pour garder une mémoire de ces productions, créer une feuille de synthèse par module est recommandé sous un grand format type tableau. Le professionnel fil rouge de la formation prend appui sur ces synthèses pour introduire chaque nouveau module, les différents formateurs sont informés des éléments travaillés et les participants peuvent ainsi suivre concrètement l'évolution des acquis de la formation.

Les éléments d'évaluation

Pour les participants

La formation est construite sur deux éléments d'évaluation : l'évaluation des acquis et la satisfaction.

Évaluation des acquis

La définition de l'autonomie des personnes âgées est demandée en début et en fin de formation (évaluation Q1 et Q3).

Par réflexion en binôme, en s'appuyant sur des cas concrets, les participants identifient les pratiques professionnelles protectrices de l'autonomie des personnes âgées en santé, mobilité, alimentation et communication (grille des pratiques) avec l'observation du potentiel d'autonomie des personnes et les réponses pour maintenir ou stimuler l'autonomie.

Satisfaction

Une note d'humeur posée en début et en fin de chaque module permet d'encadrer chaque demi-journée de formation. En fin de formation (évaluation Q3), pour chacun des 5 modules, des notes de satisfaction et d'utilité professionnelle sont demandées.

Pour les formateurs

L'analyse des tableaux de bord permettra de mesurer la réalisation des activités et l'atteinte des objectifs, la dimension participative des activités et le renforcement des compétences des participants, les faits saillants dans la formation.

Récapitulatif des outils de la formation

Modules	Support PowerPoint (PPT)*	Mises en situation	Documents*	Grille des pratiques*	Synthèses Tableau (T)	Questionnaire d'évaluation (Q)*	Carnets de bord (CB)*	Matériel nécessaire
Module P1 Pratiques professionnelles	PPT P1	Photo du groupe Jeu de la silhouette	Pochette de formation Présentation de la formation Programme module P1	Document	Feuille P1	Q1 Cases 1, 2, 3 P1	CB Module P1	Appareil photo numérique
Module S1 Santé et autonomie	PPT M1	Grille Aggir	Programme module S1	Partie observation de la grille	Feuille S1	Q1 Case S1	CB Module S1	Étude de cas Grille Aggir
Module M1 Mobilité et activités physiques	PPT S1	Aides à la marche Transferts assis Se relever du sol Marche collective (avec podomètre)	Programme module M1 Dépliant Bouger chaque jour, c'est bon pour la santé PNNS Brochure « Comment aménager son logement »		Feuille M1	Q1 Case M1	CB Module M1	Tapis de sol Podomètre
Module A1 Alimentation et rythmes alimentaires	PPT A1	Atelier du buveur d'eau Construction liste de courses et menus avec les fiches Manger D1, D2, D3 du Classeur Alimentation atout prix	Programme module A1 La courbe des repères 7 dépliants PNNS Guide nutrition à partir de 55 ans		Feuille A1	Q1 Case A1	CB Module A1	Pour l'atelier buveur d'eau : 3 eaux (du robinet, minérale, gazeuse) et 3 gobelets/participant
Module C1 Communication et transmission	PPT C1	Réalisation de posters « Parfois, c'est usant » DVD INRS	Programme C module 1		Feuille C1	Q2 Case C1	CB Module C1	Des revues de loisirs

* Ces documents sont à télécharger sur le site internet de l'Inpes, rubrique Formation aides à domicile.

Modules	Support PowerPoint (PPT)*	Mises en situation	Documents*	Grille des pratiques*	Synthèses Tableau (T)	Questionnaire d'évaluation (Q)*	Carnets de bord (CB)*	Matériel nécessaire
Module A2 Alimentation et rythmes alimentaires	PPT A2	Élaboration de journées alimentaires	Programme A module 2 Guide nutrition pour les aidants des personnes âgées Mémo nutrition	Partie action de la grille	Feuille A2	Q2 Case A2	CB Module A2	
Module M2 Mobilité et activités physiques	PPT M2	Des activités de stimulations Se relever du sol	Programme module M2 Brochure « Comment aménager son logement »		Feuille M2	Q2 Case M2	CB Module M2	Tapis de sol Balles en mousse Des revues de loisirs
Module S2 Santé et autonomie	PPT S2	Charte des droits et des libertés FNG	Programme module S2		Feuille S2	Q2 Case S2	CB Module S2	
Module C2 Communication et transmission	PPT C2	Ligne de positionnement Jeu de rôle	Programme module C2		Feuille C2	Q3 Case C2	CB Module C2	Ficelle ou cordelette
Module P2 Pratiques professionnelles		Grille des pratiques Photo du groupe	Programme module P2	Synthèse	Feuille P2	Q3 Case P2	CB Module P2	Appareil photo numérique Buffet à base de fruits et boissons

* Ces documents sont à télécharger sur le site internet de l'Inpes, rubrique Formation aides à domicile.

Programmes des modules

▶ Module P1 - Pratiques professionnelles	18
▶ Module S1 - Santé et autonomie	22
▶ Module M1 - Mobilité et activités physiques	25
▶ Module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires	28
▶ Module C1 - Communication et transmission	31
▶ Module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires	34
▶ Module M2 - Mobilité et activités physiques	37
▶ Module S2 - Santé et autonomie	40
▶ Module C2 - Communication et transmission	43
▶ Module P2 - Pratiques professionnelles	47

**Pratiques
professionnelles**

 module
P1
Programme
Formateur
Professionnel en promotion de la santé
**Objectif
du module**

Identifier les représentations et les définitions de l'autonomie des personnes âgées

4 activités

- > Se présenter et recueillir les attentes des participants
- > Lister les représentations de la santé des personnes âgées
- > Construire une définition de l'autonomie des personnes âgées
- > Présenter la formation « Protection de l'autonomie des personnes âgées »

Déroulement du module

- ▶ **9h00 - 10h15** — **Présentation de la formation**
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module P1 - Pratiques professionnelles
 - > Présentation en binôme des participants
 - > Tour de table avec présentation des participants et relevé des attentes sur la formation
- ▶ **10h15 - 10h30** — **Pause / Photo du groupe de participants**
- ▶ **10h30 - 11h20** — **Représentations de la santé des personnes âgées**
 - > Utilisation du jeu de la silhouette
 - > Synthèse collective en dessinant une grande silhouette et remplaçant les paroles sous les 4 bulles : ce que les personnes âgées ont dans la tête, les mains, le cœur, les pieds
- ▶ **11h20 - 12h00** — **Définition de l'autonomie des personnes aidées**
 - > Travail en binôme pour écrire la définition de l'autonomie des personnes âgées
 - > Synthèse des définitions
- ▶ **12h00 - 12h15** — **Présentation de la formation**
 - > Présentation des 5 jours de formation et du déroulement des 5 modules de la formation
 - > Remise de la grille des pratiques, document personnel à utiliser tout au long de la formation en fin de chaque module
- ▶ **12h15 - 12h30** — **Évaluation du module P1**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ Les modalités de travail par deux pour se présenter, pour le jeu de la silhouette et pour la définition de l'autonomie permettent de créer une bonne dynamique de groupe, beaucoup de participation, des échanges riches et diversifiés. Les participants en difficulté avec l'oral ou l'écrit trouvent des ressources et de la mise en confiance dans les petits groupes.
- ▶ Le travail sur les représentations de la santé des personnes âgées avec le jeu de la silhouette est très ludique et motivant. Ce sont des représentations positives qui dominent avec des seniors coquets, souriants, dignes.

Parole des participants

- ▶ J'ai eu beaucoup de plaisir à partager avec des collègues des expériences de travail.
- ▶ Je suis très surprise par la diversité de nos conditions de travail selon les lieux, les employeurs, la formation.
- ▶ J'ai découvert la notion de protection de l'autonomie des personnes âgées.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Questionnaire d'évaluation Q1
- ▶ Module P1 - Pratiques professionnelles :
 - programme P1
 - carnet de bord P1
 - PowerPoint P1

Document à photocopier (p. 16) ou à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Grille des pratiques

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir-dire
Activités	Décrire l'autonomie des personnes âgées Connaître le contenu de la formation	Se représenter ce que les personnes âgées ont dans la tête, dans les mains, dans le cœur et dans les pieds	Classer des définitions de l'autonomie	Exprimer les besoins et attentes/formation Exprimer son avis/ module P1
Outils pédagogiques	Évaluation Q1 – case 3 PowerPoint P1	Jeu de la silhouette : > travail en binôme > synthèse collective	Synthèse des définitions Q1 – case 3	Évaluation Q1 – cases 1 et 2 Module P1 : billet d'humeur et éléments découverts

Tour de table des attentes des participants

- ▶ **10 min** Présentation en binôme à partir des **cases 1 et 2 du questionnaire d'évaluation Q1**.
- ▶ **50 min** Tour de table pour que chaque participant se présente à partir de la case 1 « Qui je suis » et de la case 2 « Les attentes par rapport à la formation ».
- ▶ **15 min** Synthèse des attentes par rapport à la formation.
Il est important en fin de formation de reprendre ces attentes et d'évaluer si la formation a répondu à ces attentes.

Synthèse sur la feuille du module P1 - Pratiques professionnelles

Pause / Photo du groupe de participants

Cette photo de groupe peut ensuite être remise à chaque participant pour illustrer le début de la formation.

Représentations de la santé des personnes âgées

- ▶ **15 min** Utilisation du jeu de la silhouette en binôme : sur une page blanche, dessiner une silhouette de personne âgée et répondre sous forme de bulles aux 4 questions :
 - « Qu'a-t-elle... dans la tête ? » (dimension intellectuelle – savoirs) ;
 - « Qu'a-t-elle... dans la main ? » (dimension gestuelle – savoir-faire) ;
 - « Qu'a-t-elle... dans le cœur ? » (dimension affective – émotions) ;
 - « Qu'a-t-elle... dans les jambes et les pieds ? » (dimension déplacement – mobilité).
- ▶ **35 min** Synthèse des représentations de la santé des personnes âgées.
Dessiner une grande silhouette sur un papier format affiche et écrire la synthèse des paroles sous les 4 bulles. Avec le groupe, faire une analyse des paroles selon une représentation négative ou positive de la santé des personnes âgées (un code couleur peut être utilisé pour visualiser cette analyse : vert pour les éléments positifs et rouge pour les éléments négatifs).

Synthèse sur la feuille du module P1 - Pratiques professionnelles

Définition de l'autonomie des personnes aidées

- ▶ **10 min** Travail en binôme pour écrire la définition de l'autonomie des personnes âgées à partir de la **case 3 du questionnaire d'évaluation Q1**.
- ▶ **30 min** Synthèse des définitions en classant selon 3 critères :
 - une dimension positive ou négative de l'autonomie ;
 - une approche globale ou une approche thématique (alimentation, activité physique, loisirs, projets...);
 - une prise en compte des déterminants individuels liés à la personne âgée, des déterminants sociaux (les aides, les aidants proches, le réseau social) et environnementaux (le logement, le quartier, les revenus).

Synthèse sur la feuille du module P1 - Pratiques professionnelles

Cette synthèse est le seul indicateur de résultat. En fin de formation, au cours de la dernière demi-journée P2, cette définition sera redemandée.

Présentation de la formation

- ▶ **10 min** Présentation des 5 jours de formation, des 5 modules en 2 unités, (plaquette, PowerPoint...) et du logo avec les codes couleur des modules.
- ▶ **5 min** Remise de la grille des pratiques, fil conducteur de la formation, utilisée en fin de chaque module. Explication de son utilisation dans les 4 modules thématiques. La partie observation est remplie pendant les 1^{ers} jours de la formation au cours des unités 1, la partie réponse pour les derniers jours de la formation pendant les unités 2.

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : **évaluation Q1 - module P1 : billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille du module P1 - Pratiques professionnelles

Santé et autonomie

 module
S1

Programme

Formateurs

Fil rouge : professionnel en promotion de la santé

Formateur en santé des personnes âgées

Objectif du module

Connaître les différents types de vieillissement et les facteurs protecteurs de l'autonomie

3 activités

- > Identifier les variables de la grille de mesure du degré d'autonomie (Aggir)
- > Connaître les évolutions de santé en fonction de l'âge et des trajectoires de vie
- > Observer globalement les éléments favorables et défavorables à l'autonomie des personnes âgées

Déroulement du module

- ▶ **14h00 – 14h30** _____ **Présentation du module S1 - Santé et autonomie**
 - > Analyse du jeu de la silhouette
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module S1 - Santé et autonomie
- ▶ **14h15 – 15h15** _____ **Identification des variables de la grille Aggir**
 - > Explication des différentes variables de la grille de mesure du degré d'autonomie (Aggir)
 - > Travail en sous-groupe à partir d'une étude de cas pour remplir une grille Aggir
 - > Classement des variables de la grille dans chacun des 4 thèmes de la formation : Santé et autonomie, Mobilité et activités physiques, Alimentation et rythmes alimentaires, Communication et transmission
- ▶ **15h15 – 15h30** _____ **Pause**
- ▶ **15h30 – 16h30** _____ **Présentation des évolutions de santé en fonction de l'âge et des trajectoires de vie**
 - > Présentations des différents vieillissements et des éléments protecteurs de la santé
- ▶ **16h30 – 17h00** _____ **Observation globale du potentiel d'autonomie des personnes âgées**
 - > Travail en binôme
 - > Synthèse collective sur l'observation de l'autonomie de la personne âgée dans son environnement
- ▶ **17h00 – 17h15** _____ **Évaluation du module S1**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ La grille Aggir est, en pratique, inconnue par la majorité des participants ; elle suscite un grand intérêt et permet d'aborder concrètement la question de l'autonomie dans les activités du quotidien. Les participants ont une expérience riche et peuvent facilement identifier les facteurs de protection de l'autonomie.
- ▶ Ce module apporte la vision globale du vieillissement et la notion des capacités des personnes à s'adapter. Il aborde les éléments protecteurs de la santé et introduit les 3 modules thématiques mobilité, alimentation et communication.

Parole des participants

- ▶ C'est impressionnant de voir comment on s'adapte en vieillissant, aussi bien physiquement que moralement.
- ▶ On peut apprendre à bien vieillir grâce à l'alimentation et l'activité physique et bien sûr avoir toujours des projets.
- ▶ C'est important d'être à l'écoute et de regarder les personnes pour évaluer leurs capacités dans la vie de tous les jours.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ **Module S1 - Santé et autonomie :**
 - programme S1
 - carnet de bord S1
 - PowerPoint S1

Informations à donner aux participants pour le lendemain

Prévoir des chaussures confortables pour marcher et des vêtements pour faire des exercices d'activités physiques au sol.

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Activités	Connaître les différents types de vieillissement et les éléments protecteurs de l'autonomie	Adhérer à une vision dynamique et globale de la santé des personnes âgées	Classer les variables de la grille Aggir selon les 4 thèmes de la formation Identifier le potentiel d'autonomie des personnes	Décrire le potentiel d'autonomie globale des personnes âgées Exprimer son avis/ module S1
Outils pédagogiques	PowerPoint S1	Synthèse du module	Grille Aggir: > travail en binôme > synthèse collective Grille des pratiques: travail en binôme	Grille des pratiques: synthèse Évaluation Q1/module S1 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** **Évaluation Q1, module S1 : billet d'humeur**
- ▶ **20 min** À partir de la feuille de synthèse P1 - Pratiques professionnelles, retour sur le jeu de la silhouette en termes de potentiel (dimension positive en vert) et de manque (dimension négative en rouge) dans les 4 dimensions de la santé : ce que la personne âgée a dans la tête (dimension intellectuelle des savoirs), dans la main (dimension pratique des savoir-faire), dans le cœur (dimension affective des émotions), dans les pieds (dimension équilibre et mobilité). Les notions de potentiel et de manque permettent d'introduire la notion d'autonomie et les différents niveaux de vieillissement.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module S1.

Identification des variables de la grille Aggir

- Matériel** Pour chaque participant une grille Aggir et une étude de cas.
- ▶ **10 min** Explication des différentes variables de la grille de mesure du degré d'autonomie (Aggir).
 - ▶ **35 min** Travail en 4 sous-groupes à partir de l'étude de cas pour remplir une grille Aggir.
 - ▶ **15 min** Classer les variables dans chacun des thèmes : Santé et autonomie, Mobilité et activités physiques, Alimentation et rythmes alimentaires, Communication et transmission.

Synthèse sur la feuille de tableau du module S1 - Santé et autonomie

Pause

Présentation des évolutions de santé en fonction de l'âge et des trajectoires de vie

- ▶ **60 min** Présentation interactive des différents vieillissements et des éléments protecteurs de la santé (PowerPoint Santé et autonomie S1).

Observation globale du potentiel d'autonomie en santé des personnes âgées : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme : la consigne est que chaque participant expose une situation professionnelle. Puis, en binôme, remplir la ligne observation du module Santé et autonomie pour repérer le niveau d'autonomie de la personne à vivre dans son environnement.
- ▶ **15 min** Synthèse collective : ce travail doit permettre de lister les observations d'autonomie de la personne âgée avec son potentiel et ses manques, l'organisation de son domicile et les aides techniques, les ressources dans le réseau familial et social et les éléments transmis ou à transmettre à l'employeur.

Synthèse sur la feuille de tableau du module S1 - Santé et autonomie

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : **évaluation Q1, module S1 : billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille de tableau du module S1 - Santé et autonomie

Mobilité et activités physiques

 module
M1
Programme
Formateurs
Fil rouge : professionnel en promotion de la santé
Formateur en mobilité des personnes âgées
Objectif du module
Connaître les recommandations d'activité physique et encourager la mobilité
4 activités

- > Pratiquer la marche et identifier les différentes activités pour bouger au quotidien
- > Connaître les pratiques de mobilité des personnes âgées et leurs activités spontanées
- > Se positionner en binôme aidant-aidé pour être un complément dans les activités de mobilité
- > Observer le potentiel de mobilité chez les personnes âgées dans leur environnement

Déroulement du module

- ▶ **9h00 – 9h15** — **Présentation du module M1 - Mobilité et activités physiques**
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module
- ▶ **9h15 – 9h45** — **Bienfaits de la marche**
 - > Marche collective
 - > Discussion
- ▶ **9h45 – 10h15** — **Bouger tous les jours**
 - > Construction de posters pour répertorier les différentes activités physiques pour des personnes âgées
 - > Synthèse sur les différentes manières de bouger tous les jours
- ▶ **10h15 – 10h30** — **Pause**
- ▶ **10h30 – 11h00** — **Connaissances des pratiques de mobilité des personnes âgées et des activités physiques**
 - > Présentation des catégories d'activités physiques et des éléments protecteurs de la santé
- ▶ **11h00 – 11h45** — **Fonctionnement en binôme aidant-aidé dans les activités de mobilité**
 - > Mise en situation pour présenter les différentes manières d'aider à la marche
 - > Mise en situation pour les transferts assis: positionnement des appuis et pivotement
 - > Mise en situation pour être capable de se relever du sol avec appui
- ▶ **11h45 – 12h15** — **Observation globale du potentiel de mobilité des personnes âgées**
 - > Travail en binôme sur la partie observation de la ligne mobilité et activités à partir d'exemple concret des participants
 - > Synthèse collective
- ▶ **12h15 – 12h30** — **Évaluation du module M1**
 - > Réflexion en binôme: billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ La marche collective est un bon exercice pour renforcer l'adhésion aux bienfaits de la marche tous les jours.
- ▶ Ce thème de la mobilité est très novateur et les mises en situation comme les types d'accompagnement à la marche et se relever du sol sont très concrètes et valorisantes pour les professionnels.

Parole des participants

- ▶ Je suis surprise par les bienfaits de la marche et comment tous les jours, on peut inciter les personnes âgées à bouger et à garder leur équilibre.
- ▶ J'ai appris les gestes pour aider une personne à se déplacer et à se relever sans se faire mal ou lui faire mal.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Module M1 - Mobilité et activités physiques :
 - programme M1
 - dépliant PNNS « Bouger chaque jour »
 - carnet de bord M1
 - PowerPoint M1

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les pratiques de mobilité des personnes âgées	Adhérer aux bienfaits de la marche	Se positionner en complément dans les activités de mobilité Identifier le potentiel d'autonomie en mobilité	Expliquer les bienfaits de la marche et des activités physiques Exprimer son avis/ module M1
Outils pédagogiques	Construction d'affiche sur les activités physiques des personnes âgées PowerPoint M1	Marche collective de 20 minutes	Mises en situation : les types de marche et se relever du sol Grille des pratiques : travail en binôme	Dépliant PNNS « Bouger chaque jour » Évaluation Q1/ module M1 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** **Évaluation Q1 – module M1 : billet d'humeur.**
- ▶ **5 min** Retour sur la feuille de synthèse du module P1 à propos du jeu de la silhouette (ce que la personne âgée a dans les jambes et les pieds) et sur des situations de mobilité chez les personnes âgées abordées dans les modules précédents.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module M1.

Bienfaits de la marche

- ▶ **20 min** Faire une marche soutenue de 20 min autour du lieu de formation. Un podomètre peut être utilisé (en application sur les téléphones portables ou apporté par le formateur).
- ▶ **10 min** Dégustation d'eau et discussion autour de la recommandation de marcher 30 min tous les jours. Ce temps peut être fractionné en 3 plages de 10 min. Le podomètre permet une mesure simple du nombre de pas effectués, la recommandation journalière étant d'environ 10 000 pas.

Bouger et marcher au quotidien

- Matériel** Pour chaque participant, le dépliant PNNS « Bouger chaque jour, c'est bon pour la santé ».
- ▶ **15 min** Consigne pour le travail en 4 sous-groupes : construire une affiche destinée à encourager les personnes âgées à bouger le plus possible en utilisant comme base le dépliant.
 - ▶ **15 min** Synthèse orale sur les différentes manières de bouger tous les jours pour les personnes âgées.

Synthèse sur la feuille du module M1 - Mobilité et activités physiques

Pause

Connaissances des pratiques de mobilité des personnes âgées et de leurs activités spontanées

- ▶ **30 min** Présentation interactive des différentes activités physiques et des éléments protecteurs de la santé (PowerPoint M1 - Mobilité et activités physiques).
- ▶ **45 min** Fonctionnement en binôme aidant-aidé dans les activités de mobilité :
 - pour expérimenter les différentes manières d'aider à la marche : marche nuptiale, marche en Kata ;
 - pour monter et descendre des escaliers avec et sans canne.
 - se relever du sol avec appui. En s'aidant de la brochure « Accidents de la vie courante- Comment aménager sa maison pour éviter les chutes », chaque binôme peut à tour de rôle s'entraîner.

Observation du potentiel d'autonomie en mobilité des personnes âgées : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme : chaque participant expose une situation professionnelle et en binôme remplit la ligne observation du module mobilité et activités pour repérer le niveau d'autonomie de la personne à vivre dans son environnement.
- ▶ **15 min** Synthèse collective : ce travail permet de lister les observations d'autonomie en mobilité de la personne âgée avec son potentiel et ses manques, l'organisation de son domicile et les aides techniques, les ressources dans le réseau familial et social et les éléments transmis par l'employeur.

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : **évaluation Q1 – module M1 : billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective

Synthèse sur la feuille du module M1 – Mobilité et activités physiques

Alimentation et rythmes alimentaires

 module
A1

Programme

Formateurs

Fil rouge : professionnel en promotion
de la santé

Formateur en alimentation des personnes âgées

Objectif du module

Connaître les repères nutritionnels et réaliser des menus
en fonction de l'existant

4 activités

- > Connaître les repères alimentaires pour les personnes âgées
- > Valoriser les boissons
- > Savoir mettre en œuvre un repas de midi en fonction de l'existant au domicile de la personne âgée
- > Observer le potentiel d'autonomie en alimentation des personnes âgées dans leur environnement

Déroulement du module

- ▶ **14 h00 – 14 h15** _____ **Présentation du module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires**
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires
- ▶ **14 h15 – 14 h45** _____ **Réalisation d'une liste de courses en fonction de l'existant**
 - > Travail en binôme pour établir une liste de courses équilibrée
- ▶ **14 h45 – 15 h25** _____ **Connaissance des besoins alimentaires des personnes âgées**
 - > Échange collectif sur les éléments indispensables pour l'alimentation des personnes âgées
 - > PowerPoint A1 - Alimentation et rythmes alimentaires et échanges autour des dépliants édités par l'Inpes sur les repères nutritionnels (pain et céréales; fruits et légumes; produits laitiers; viande, poisson et œufs; sel; matières grasses; sucre...)
- ▶ **15 h25 – 15 h40** _____ **Pause**
- ▶ **15 h40 – 16 h10** _____ **Valoriser les boissons**
 - > Atelier de buveur d'eau
 - > Création d'un poster sur les boissons et échange autour du dépliant « De l'eau sans modération »
- ▶ **16 h10 – 16 h30** _____ **Réalisation de repas de midi**
 - > Travail en binôme pour construire un repas de midi à partir d'une liste de courses
 - > Synthèse collective
- ▶ **16 h30 – 17 h00** _____ **Observation globale du potentiel d'autonomie en alimentation des personnes âgées dans leur environnement**
 - > Travail en binôme sur la partie observation de la ligne alimentation et repas à partir d'exemple concret
 - > Synthèse collective
- ▶ **17 h00 – 17 h15** _____ **Évaluation du module A1**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ L'activité du buveur d'eau est une activité qui concrétise l'importance des 5 sens. Cet outil peut être réutilisé pour stimuler l'appétit.
- ▶ Les participants manifestent beaucoup d'intérêt pour ce module avec pour les uns, une découverte des repères de consommation, pour les autres un renforcement de leurs connaissances nutritionnelles.

Parole des participants

- ▶ Je sais comment manger dans la vie de tous les jours et protéger ma santé.
- ▶ J'ai mieux compris l'importance des repas réguliers et des boissons pour les personnes âgées.
- ▶ Il existe plein de façons de composer des repas équilibrés avec les moyens mis à disposition.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ **Module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires :**
 - programme A1
 - la courbe des repères
 - guide nutrition à partir de 55 ans
 - 8 dépliants sur les repères PNNS (fruits et légumes ; pain et céréales ; produits laitiers ; viande, poisson et œufs ; matières grasses ; sucre ; sel ; eau)
 - carnet de bord A1
 - PowerPoint A1

Distribuer une grille des pratiques (p. 16) à chaque participant pour pouvoir expérimenter la partie observation entre les 2 sessions de formation

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les recommandations alimentaires pour les personnes âgées	Adhérer au plaisir de boire de l'eau	Construire des repas de midi en fonction de l'existant Identifier le potentiel d'autonomie en alimentation	Expliquer l'importance des différents repères en alimentation et boisson Exprimer son avis/module A1
Outils pédagogiques	PowerPoint A1 pour les personnes âgées Guide nutrition à partir de 55 ans « La courbe des repères »	Atelier du buveur d'eau	<u>Classeur Alimentation atout prix</u> - Chapitre Acheter fiche D Transparent 1 Poster sur les boissons Grille des pratiques : travail en binôme	Dépliants repères nutritionnels PNNS Évaluation Q1/module A1 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** **Évaluation Q1– module A1 : billet d'humeur.**
- ▶ **5 min** Retour sur la feuille de synthèse du module P1 à propos du jeu de la silhouette et sur des informations sur l'alimentation des personnes âgées abordées dans les modules précédents.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module A1.

Réalisation d'une liste de courses en fonction de l'existant

- ▶ **15 min** Travail en binôme avec des photocopies couleur de la fiche D Transparent 1 - Classeur Alimentation atout prix pour élaborer une liste de courses pour 3 jours en fonction de ce qu'il y a dans le placard et le réfrigérateur.
- ▶ **15 min** Distribution de la courbe des repères nutrition pour autoévaluer si la liste de courses comporte des céréales et dérivés et des produits laitiers.

Connaissance des besoins alimentaires des personnes âgées

- ▶ **10 min** Brainstorming autour du terme : qu'est-ce qui est important pour l'alimentation des personnes âgées ?
- ▶ **30 min** PowerPoint A1 sur les besoins nutritionnels des personnes âgées et utilisation des dépliants sur les repères PNNS et le Guide nutrition à partir de 55 ans.

Valorisation des boissons

- ▶ **15 min** Organiser un atelier de buveur d'eau. Proposer 3 eaux à déguster : du robinet, de source et pétillante dans des petits verres numérotés. Évaluation individuelle, chaque participant positionne sur une échelle de 1 à 10 la note attribuée à chaque verre. Puis évaluation collective pour une mise en mots des critères sensoriels de chaque eau (vue, ouïe, odorat, toucher, goût).
- ▶ **15 min** Création d'un poster collectif pour répertorier dans une journée les temps pour boire et la diversité des boissons non alcoolisées, l'eau étant le socle des apports hydriques.

Réalisation de repas de midi pour une personne âgée

- ▶ **15 min** Travail en 4 sous-groupes à partir d'une liste type (photocopies couleur de la fiche D, Transparents 2 et 3 du classeur Alimentation atout prix chapitre Acheter) pour élaborer un déjeuner.
- ▶ **15 min** Synthèse collective en utilisant le document Inpes La courbe des repères pour juger de l'équilibre du repas.

Synthèse sur la feuille du module A1 – Alimentation et rythmes alimentaires

Observation du potentiel d'autonomie en alimentation des personnes âgées : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme : la consigne est que chaque participant expose une situation professionnelle. Puis, en binôme, remplir la ligne observation du module alimentation et rythmes alimentaires pour repérer le niveau d'autonomie en alimentation de la personne dans son environnement.
- ▶ **15 min** Synthèse collective : ce travail permet de recueillir les éléments à observer sur l'autonomie en alimentation de la personne âgée avec son potentiel et ses manques, l'organisation de son domicile et les aides techniques, les ressources dans le réseau familial et social et les éléments à transmettre à l'employeur.

Synthèse sur la feuille du module A1 – Alimentation et rythmes alimentaires

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : **évaluation Q1– module A1 : billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille du module A1 – Alimentation et rythmes alimentaires

**Communication
et transmission**

 module
C1
Programme
Formateurs
**Fil rouge : professionnel en promotion
de la santé**
Formateur en communication
**Objectif
du module**
**Identifier les différents types de communication
dans le métier d'aide à domicile**
4 activités

- > Répertorier les différentes situations de communication dans le métier d'aide à domicile
- > Susciter des échanges sur les difficultés dans les situations de communication avec les personnes âgées
- > Connaître les manières de communiquer
- > Observer globalement les éléments favorables et défavorables à la communication chez les personnes aidées

Déroulement du module

- ▶ **9h00 – 9h15** — **Présentation du module C1 - Communication et transmission**
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module C1
- ▶ **9h15 – 10h15** — **Répertoire des situations de communication et des modes de communication dans le métier de l'aide à domicile**
 - > Travail en sous-groupes pour construire des posters sur la communication
 - > Présentation des posters
 - > Discussion et synthèse
- ▶ **10h15 – 10h30** — **Pause**
- ▶ **10h30 – 11h15** — **Des situations de communication et de transmission**
 - > Mise en situation de difficultés de communication avec la personne âgée et son entourage
 - > Discussion pour lister les éléments défavorables à la communication et rechercher des solutions pour améliorer la communication
- ▶ **11h15 - 11h45** — **Des manières de communiquer**
 - > Repères et attitudes en communication
- ▶ **11h45 – 12h15** — **Observation globale du potentiel d'autonomie en communication des personnes âgées**
 - > Travail en binôme sur la partie observation de la ligne communication et transmission à partir d'exemple concret des participants
 - > Synthèse collective
- ▶ **12h15 – 12h30** — **Évaluation du module C1**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ Non seulement l'atelier poster mobilise le dynamisme, la créativité et l'intérêt des stagiaires, mais cet exercice est très efficace car les participants listent les différents modes de communication et leurs facteurs limitant/favorisant la communication.
- ▶ Le film « Parfois c'est usant », qui illustre bien les difficultés de communication dans le métier d'aide à domicile, suscite beaucoup de partages d'expériences et permet de rechercher des solutions très concrètes aux difficultés de communication.

Parole des participants

- ▶ J'ai découvert que la communication avec les personnes âgées n'est pas qu'avec les mots mais aussi avec le regard, les sourires et les gestes.
- ▶ Avec la communication, l'écoute et l'empathie, on arrive à gérer les situations difficiles.
- ▶ La communication est très importante entre nous, la personne âgée et son entourage.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Questionnaire d'évaluation Q2
- ▶ Module C1 - Communication et transmission :
 - programme C1
 - carnet de bord C1
 - PowerPoint C1

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les modes de communication	Percevoir l'importance des mots et des gestes dans la communication	Mettre en œuvre des postures empathiques et aidantes pour communiquer Identifier le potentiel de communication des personnes	Expliquer les éléments favorables et défavorables à la communication Exprimer son avis/ module C1
Outils pédagogiques	Construction de poster PowerPoint C1	Jeux de rôle, film ou support vidéo Pour exemple : DVD INRS « D'une maison à l'autre », séquence « Parfois c'est usant »	Discussion à partir de la séquence vidéo Grille des pratiques : travail en binôme	Grille des pratiques : synthèse Évaluation Q2/module C1 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** Évaluation Q2 - module C1 : billet d'humeur.
- ▶ **5 min** Retour sur des éléments de communication abordés lors des 2 premiers jours de la formation.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module C1.

Des posters sur la communication

- Matériel** Un papier de grand format (type paperboard ou affiche à l'envers), des revues de loisirs grand public, du matériel de base (colle, ciseaux, marqueurs, pastilles de gomme collante).
- ▶ **25 min** Les participants par groupe de 3 réalisent, par collages, dessins et mots, un poster sur les situations de communication chez les personnes âgées. Intérêt pédagogique : créer un poster à plusieurs et utiliser la communication par l'image et les mots.

Répertoire des situations de communication

- ▶ **35 min** La synthèse des 3 ou 4 posters permettra de répertorier globalement de façon participative les différentes situations de communication dans le travail de l'aide à domicile.

Des situations de communication et de transmission

- ▶ **45 min** Possibilité d'utiliser différents supports de communication : DVD INRS « D'une maison à l'autre », séquence « Parfois, c'est usant ». Cette séquence est très appréciée par les participants.

Synthèse sur la feuille de tableau du module C1 - Communication et transmission

Les manières de communiquer

- ▶ **30 min** Le support PowerPoint C1 vient en appui aux productions des activités 1 et 2, il présente des éléments de synthèse sur les postures de communication.

Observation du potentiel d'autonomie en communication : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme : chaque participant expose une situation professionnelle et en binôme remplir la ligne observation du module C1 – Communication et transmission pour repérer le niveau d'autonomie.
- ▶ **15 min** Synthèse collective : ce travail doit permettre de recueillir les éléments à observer sur l'autonomie en communication de la personne âgée avec son potentiel et ses manques, l'organisation de son domicile et les aides techniques, les ressources dans le réseau familial et social et les éléments transmis par l'employeur.

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : évaluation Q2 - module C1 : billet d'humeur et éléments découverts.
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille de tableau du module C1 - Communication et transmission

Alimentation et rythmes alimentaires

 module
A2

Programme

Formateurs

Fil rouge : professionnel en promotion
de la santé

Formateur en alimentation des personnes âgées

Objectif du module

Identifier les facteurs de prévention de la dénutrition
et protéger l'alimentation des personnes

4 activités

- > Identifier les facteurs facilitant et limitant l'alimentation chez les personnes âgées
- > Savoir proposer des repas en cas de perte d'appétit ou de difficultés à manger
- > Connaître les facteurs de prévention de la dénutrition
- > Construire des réponses professionnelles globales pour protéger l'alimentation des personnes âgées

Déroulement du module

- ▶ **14h00 – 14h45** — **Retour sur les pratiques pour repérer les éléments limitant et facilitant l'autonomie des personnes en rythmes alimentaires**
 - > Échanges autour des éléments favorisant et limitant pour encourager une alimentation équilibrée chez les personnes.
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires.
- ▶ **14h45 – 15h15** — **Mise en œuvre des repas en cas de perte d'appétit**
 - > Travail en sous-groupe à partir des menus réalisés au cours du module A1 - Alimentation et rythmes alimentaires pour établir le plan alimentaire d'une journée et adapter l'alimentation en cas de perte d'appétit.
 - > Synthèse collective.
- ▶ **15h15 – 15h45** — **Mise en œuvre des repas en cas de difficultés à manger**
 - > Travail en sous-groupe à partir des plans alimentaires pour adapter l'alimentation en cas de difficultés à manger.
 - > Synthèse collective.
- ▶ **15h45 – 16h00** — **Pause**
- ▶ **16h00 – 16h30** — **Prévention de la dénutrition des personnes âgées**
 - > PowerPoint A2 - Alimentation et rythmes alimentaires et travail autour du dépliant Mémo nutrition.
- ▶ **16h30 – 17h00** — **Pratiques pour renforcer l'autonomie en alimentation des personnes âgées**
 - > Travail en binôme sur la partie réponse de la ligne Alimentation et rythmes alimentaires à partir d'exemple concret des participants.
 - > Synthèse collective.
- ▶ **17h00 – 17h15** — **Évaluation du module A2**
 - > Réflexion en binôme: billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ Les professionnels se sentent très concernés par le repérage des signes de la dénutrition, ils se sentent très valorisés dans leur métier.
- ▶ Le « Guide nutrition pour les aidants des personnes âgées » édité par l'Inpes contient toutes les informations sur les conduites à tenir en cas de difficultés à manger ou de manque d'appétit.

Parole des participants

- ▶ C'est très important de surveiller l'alimentation des personnes âgées et d'écouter leurs avis sur leurs habitudes et leurs goûts.
- ▶ Il existe beaucoup de techniques et d'astuces pour améliorer la composition des repas et donner envie de manger.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires :
 - programme A2
 - guide nutrition pour les aidants des personnes âgées
 - dépliant « Mémo nutrition »
 - carnet de bord A2
 - PowerPoint A2

Informations à donner aux participants pour le lendemain

Prévoir des vêtements confortables pour faire des exercices physiques au sol.

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les recommandations/ manque d'appétit ou difficultés à s'alimenter Savoir repérer les signes pour prévenir la dénutrition	Percevoir l'importance des stimulations sensorielles pour mettre en appétit	Composer des repas adaptés équilibrés Répertorier les pratiques alimentaires renforçant l'autonomie	Valoriser l'importance des rythmes alimentaires équilibrés Exprimer son avis/ module A2
Outils pédagogiques	PowerPoint A2 Guide nutrition pour les aidants	Travail en sous-groupe	Plans alimentaires adaptés Grille des pratiques : travail en binôme	Dépliant « Mémo nutrition » Évaluation Q2/module A2 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** **Évaluation Q2 - module A2: billet d'humeur.**
- ▶ **35 min** Question collective avec post-it autour des situations limitant une alimentation équilibrée chez les personnes âgées.
Il est important que les participants soient en binôme.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module A2.

Mise en œuvre des repas en cas de perte d'appétit

- ▶ **20 min** Travail en sous-groupe à partir des menus réalisés au cours du module A1 – Alimentation et rythmes alimentaires pour établir un plan alimentaire d'une journée et adapter l'alimentation en cas de perte d'appétit.
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille de tableau du module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires

Mise en œuvre des repas en cas de difficultés à manger

- ▶ **20 min** Travail en sous-groupe à partir des plans alimentaires pour adapter l'alimentation en cas de difficultés à manger.
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Pause

Prévention de la dénutrition des personnes âgées

- ▶ **10 min** Échange collectif.
- ▶ **20 min** Diaporama et travail autour du dépliant « Mémo nutrition ».

Pratiques pour renforcer l'autonomie en alimentation des personnes âgées : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme: chaque participant expose une situation professionnelle et, en binôme, remplit la ligne observation du module Alimentation et rythmes alimentaires pour repérer le niveau d'autonomie.
- ▶ **15 min** Synthèse collective: ce travail doit permettre de recueillir les éléments à observer sur l'autonomie en alimentation de la personne âgée avec son potentiel et ses manques, l'organisation de son domicile et les aides techniques, les ressources dans le réseau familial et social et les éléments transmis par l'employeur.

Synthèse sur la feuille de tableau du module A2 - Alimentation et rythmes alimentaires

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme: **évaluation Q2 - module A2: billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille de tableau du module A2 – Alimentation et rythmes alimentaires

Mobilité et activités physiques

 module
M2
Programme
Formateurs
Fil rouge : professionnel en promotion de la santé
Formateur en mobilité des personnes âgées
Objectif du module
Identifier les facteurs de prévention des chutes et protéger la mobilité des personnes
4 activités

- > Répertorier les facteurs facilitant et limitant les pratiques de mobilité chez les personnes âgées
- > Savoir proposer des activités pour renforcer la mobilité chez les personnes âgées
- > Connaître les facteurs de prévention des chutes et élaborer une grille d'observation pour se déplacer en sécurité
- > Construire des réponses professionnelles globales pour protéger la mobilité chez les personnes âgées

Déroulement du module

- ▶ **9h00 - 9h45** — **Retour sur les pratiques professionnelles pour protéger l'autonomie**
 - > Échange autour des éléments favorisant et limitant les pratiques professionnelles pour encourager les activités de mobilité chez les personnes aidées
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module M2 - Mobilité et activités physiques
- ▶ **9h45 - 10h30** — **Mises en situation pour renforcer le potentiel de mobilité**
 - > Exercice pour se relever du sol avec appui
 - > Stimulation des pieds et des mains avec balle, renforcement musculaire et équilibre avec chaise et corde
 - > Exercices de respiration
- ▶ **10h30 - 10h45** — **Pause**
- ▶ **10h45 - 11h15** — **Élaboration d'une grille de diagnostic de la sécurité du logement**
 - > Travail en 4 sous-groupes pour construire des images représentant la cuisine, la salle de bain, le séjour, les espaces de circulation dans l'appartement et en extérieur et repérer les zones à risque de chutes et d'accidents de la vie courante
 - > Synthèse des travaux et construction d'une grille de diagnostic de la sécurité du logement
- ▶ **11h15 - 11h45** — **Connaissance des facteurs de risque des chutes et des éléments de protection de la mobilité**
 - > PowerPoint M2 - Mobilité et activités physiques
- ▶ **11h45 - 12h15** — **Pratiques pour renforcer l'autonomie en mobilité des personnes âgées**
 - > Travail en binôme sur la partie réponse de la ligne Mobilité et activités physiques
 - > Synthèse collective
- ▶ **12h15 - 12h30** — **Évaluation du module M2**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ Les ateliers pratiques sont un vrai plus dans ce module, très apprécié des aides à domicile. Le relevé du sol, les stimulations, les exercices de respiration permettent l'acquisition de nouvelles compétences.
- ▶ La grille de Pratiques professionnelles permet une bonne appropriation de la notion de protection de l'autonomie pour les activités de mobilité en prenant en compte les compétences des personnes âgées et l'organisation de leur environnement.

Parole des participants

- ▶ Je suis surprise de l'importance pour la santé des personnes âgées de pratiquer tous les jours des exercices simples d'équilibre, d'assouplissement, de bouger et marcher.
- ▶ Je suis plus informée sur l'importance de l'aménagement du domicile pour éviter les chutes comme les éclairages, les tapis, l'encombrement des pièces, les barres d'appui.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Module M2 - Mobilité et activités physiques :
 - programme M2
 - brochure « Comment aménager son logement »
 - carnet de bord M2
 - PowerPoint M2

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les facteurs de risque des chutes chez les personnes âgées	Percevoir l'importance des stimulations sensorielles pour encourager la mobilité	Savoir repérer les éléments à risque et les solutions pour faciliter les déplacements	Valoriser les ressources pour favoriser la mobilité et les activités physiques Exprimer son avis/ module M2
Outils pédagogiques	Construction de 4 posters PowerPoint M2	Mises en situation : se relever du sol, stimulation, renforcement musculaire et équilibre, respiration	Discussion et synthèse autour des 4 posters Grille des pratiques : travail en binôme	Brochure « Comment aménager sa maison pour éviter les chutes ? » Évaluation Q2/ module M2 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** **Évaluation Q2 - module M2: billet d'humeur.**
- ▶ **35 min** Question collective avec post-it: « Qu'est-ce qui limite les déplacements et les activités physiques des personnes âgées ? »
Distribution de 3 post-it par binôme de participants.
Pour la synthèse collective, reprendre la grille des pratiques: ce qui est fonction de la personne âgée, de l'environnement (aides techniques et aménagement du domicile ou du quartier), du réseau social et de l'organisation des services et des soins.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module M2.

Synthèse sur la feuille de tableau du module M2 - Mobilité et activités physiques

Mises en situation pour renforcer le potentiel de mobilité

- Matériel** Tapis, balles, cordes.
- ▶ **15 min** Exercice pour se relever du sol: il est important que chaque participant puisse refaire l'exercice déjà abordé lors du module M1 pour intégrer et mémoriser les gestes. La technique est illustrée en page 11 de la brochure de l'Inpes « Comment aménager sa maison pour éviter les chutes ».
 - ▶ **15 min** Exercices de stimulation: des pieds et des mains avec balle et renforcement musculaire et équilibre avec chaise et corde.
 - ▶ **15 min** Exercices de respiration: très important tant pour les professionnels que pour les personnes âgées.

Élaboration d'une grille de diagnostic de la sécurité du logement

- Matériel** Un papier de grand format (type paperboard ou affiche à l'envers), des revues de loisirs grand public, du matériel de base (colle, ciseaux, marqueurs, feutres, pastilles de gomme collante).
- ▶ **15 min** Travail en 4 sous-groupes pour construire 4 posters représentant les risques de chutes et d'accidents de la vie courante dans la cuisine, la salle de bain, le séjour et les espaces de circulation dans l'appartement et en extérieur.
 - ▶ **15 min** Synthèse des travaux et construction d'une grille d'observation de la sécurité du logement.

Connaissance des facteurs de risque des chutes et des éléments de protection de la mobilité

- ▶ **20 min** PowerPoint M2 - Mobilité et activités physiques.
- ▶ **10 min** Présentation interactive autour de la brochure « Comment aménager sa maison pour éviter les chutes ? ».

Pratiques pour renforcer l'autonomie en mobilité des personnes âgées: la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme: chaque participant expose une situation professionnelle et, en binôme, remplit la ligne réponse du module M2 - Mobilité et activités physiques.
- ▶ **15 min** Synthèse collective: ce travail doit permettre de répertorier les pratiques professionnelles pour stimuler ou maintenir la mobilité et les activités physiques en fonction du potentiel de la personne âgée, en fonction de l'organisation de son domicile, des aides techniques et des ressources dans le réseau familial et de lister les éléments à transmettre à l'employeur en termes d'insécurité à se déplacer.

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme: **évaluation Q2 - module M2: billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille du module M2 - Mobilité et activités physiques

Santé et autonomie

 module
S2
Programme
Formateurs
**Fil rouge : professionnel en promotion
de la santé**
Formateur en communication
**Objectif
du module**
**Identifier les besoins spécifiques et protéger l'autonomie
des personnes**
4 activités

- > Identifier les facteurs facilitant et limitant l'autonomie des personnes âgées
- > Connaître les besoins de protection en termes de maladie d'Alzheimer et de dépression
- > Se questionner éthiquement sur les droits et les libertés des personnes
- > Construire des réponses professionnelles globales pour protéger l'autonomie des personnes âgées

Déroulement du module

- ▶ **14h00 - 14h45** — **Retour sur les pratiques professionnelles pour protéger l'autonomie**
 - > Échanges autour de la santé des personnes aidées
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module S2 - Santé et autonomie
- ▶ **14h45 - 15h30** — **Identification des besoins de protection/maladie d'Alzheimer et dépression**
 - > Pratiques professionnelles : discussion
 - > PowerPoint S2 - Santé et autonomie
- ▶ **15h30 - 15h45** — **Pause**
- ▶ **15h45 - 16h30** — **Questionnement éthique**
 - > Présentation de la charte des droits et des libertés FNG
 - > Travail en sous-groupes : lecture des feuilles de synthèse des différents modules ou lecture de la grille des Pratiques professionnelles avec une question : « La personne âgée est-elle au centre de la décision ? »
- ▶ **16h30 - 17h00** — **Pratiques pour renforcer l'autonomie en santé des personnes âgées**
 - > Travail en binôme sur la partie réponse de la ligne Santé et autonomie à partir d'exemple concret des participants
 - > Synthèse collective
- ▶ **17h00 - 17h15** — **Évaluation S2**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ Les participants ont fait le lien avec le contenu des autres modules (mobilité, alimentation et communication), retour sur une approche globale et positive de la santé pour la notion des compétences à stimuler et l'utilisation des aides techniques. La grille des Pratiques professionnelles est un support concret.
- ▶ Le groupe montre un fort intérêt pour la prise de connaissance de la charte des droits et des libertés, éléments de réflexion sur la posture professionnelle.

Parole des participants

- ▶ J'ai mieux compris la maladie d'Alzheimer, la dépression, les comportements imprévisibles et l'importance incroyable des aidants. En général, il faut toujours se mettre à la place de la personne âgée pour mieux se faire comprendre et bien regarder la personne pour lui parler.
- ▶ La vieillesse est aujourd'hui mieux considérée, les personnes âgées ont la possibilité de choix de vie. Il est très important de respecter leurs décisions.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ **Module S2 - Santé et autonomie :**
 - programme S2
 - carnet de bord S2
 - PowerPoint S2

Informations à donner aux participants pour la prochaine session de formation

Recenser les pratiques professionnelles de protection de l'autonomie mises en œuvre entre les 2 sessions de formation.

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les éléments de protection de l'autonomie/maladie d'Alzheimer et la dépression	Se questionner sur les droits et libertés des personnes	Repérer les aides et ressources pour protéger l'autonomie des personnes âgées	Valoriser les éléments protecteurs de l'autonomie des personnes âgées Globales/autonomie Exprimer son avis/ module S2
Outils pédagogiques	PowerPoint S2	Charte des droits et des libertés - FNG	Jeu des enveloppes Grille des pratiques : travail en binôme	Synthèse S2 de la grille des pratiques Évaluation Q2/ module A2 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** **Évaluation Q2 - module M2: billet d'humeur.**
- ▶ **25 min** Retour sur les Pratiques professionnelles pour protéger l'autonomie.
2 posters : un « Éléments facilitant l'autonomie des personnes âgées » et un « Éléments limitant l'autonomie des personnes âgées » et des post-it de 2 couleurs :
 - les participants en binôme mettent leurs propositions sur les post-it et vont ensuite les disposer sur les posters ;
 - en 2 sous-groupes, un par poster, les participants organisent les propositions selon les 4 thèmes de la formation.
- ▶ **10 min** Synthèse globale/thèmes de la formation.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module S2 - Santé et autonomie.

Identification des besoins de protection/maladie d'Alzheimer et dépression

- ▶ **45 min** PowerPoint S2 - Santé et autonomie.

Pause

Questionnement éthique

- ▶ **15 min** Présentation de la charte des droits et des libertés FNG. Les articles sont lus ensemble, chacun des binômes en lisant un à haute voix pour le groupe.
- ▶ **30 min** Travail collectif : lecture des feuilles de synthèse des différents modules A2, M2 et S2 avec une question « La personne âgée est-elle au centre de la décision ? ».

Pratiques pour renforcer l'autonomie globale des personnes âgées : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme sur la partie réponse de la ligne Santé et autonomie à partir d'exemple concret des participants.
- ▶ **15 min** Synthèse collective.

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : **évaluation Q2 - module S2: billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille de tableau du module S2 - Santé et autonomie

**Communication
et transmission**

 module
C2
Programme
Formateurs
**Fil rouge : professionnel en promotion
de la santé**
Formateur en communication
**Objectif
du module**
**Savoir communiquer pour protéger l'autonomie des personnes âgées
dans une approche globale et positive**
4 activités

- > Développer la négociation et l'argumentation en utilisant les jeux de rôle
- > Élaborer un plan de transmission en utilisant la ligne de positionnement
- > Connaître les repères pour communiquer de manière globale et positive
- > Construire des réponses pour protéger l'autonomie en communication chez les personnes aidées

Déroulement du module

- ▶ **9h00 – 9h40** — **Retour sur des situations de communication vécues par les participants**
 - > Échanges autour des pratiques professionnelles de protection de l'autonomie : ce qui a pu être mis en œuvre, ce qui a échoué
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module C2 - Communication et transmission
- ▶ **9h40 – 10h25** — **Élaboration d'un plan de transmission**
 - > Exercice de la ligne de positionnement à propos de M^{me} Durand qui rentre de l'hôpital
 - > Travail de groupe pour élaborer le plan de transmission
- ▶ **10h25 – 10h40** — **Pause**
- ▶ **10h40 – 11h25** — **Négociation et argumentation**
 - > Jeu de rôle
 - > Travail de groupe pour élaborer les arguments et synthèse des arguments
- ▶ **11h25 – 11h45** — **Des postures propices à une communication globale et positive**
 - > Présentation et discussion à partir du PowerPoint C2 - Communication et transmission
- ▶ **11h45 - 12h15** — **Pratiques en communication pour renforcer l'autonomie des personnes âgées**
 - > Travail en binôme sur la partie réponse de la ligne Communication et transmission à partir d'exemple concret des participants
 - > Synthèse collective
- ▶ **12h15 – 12h30** — **Évaluation du module C2**
 - > Réflexion en binôme : billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ L'exercice de la ligne de positionnement et le jeu de rôle sont très impliquants, favorisent l'expression et la mise à distance des situations professionnelles vécues. Les professionnels font part de leur solitude, de leur stress, du manque de temps, du manque de considération. À la pause, des situations de crise sont évoquées.
- ▶ Dans ce module, nous arrivons à faire le lien entre la grille des pratiques professionnelles, les mises en situation et le plan de transmission.

Parole des participants

- ▶ J'ai découvert les possibilités infinies de la communication : l'écoute, les gestes, les paroles, les regards, le toucher, les silences, les tonalités de voix et les obstacles à éviter.
- ▶ Les jeux de rôles, c'est des choses auxquelles on est confronté tous les jours. L'importance de la communication entre tous les intervenants est essentielle, les relations avec la famille sont souvent compliquées.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Questionnaire d'évaluation Q3
- ▶ Module C2 - Communication et transmission :
 - programme C2
 - carnet de bord C2
 - PowerPoint C2

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Connaître les modalités en négociation et argumentation Répertorier les pratiques favorables en communication	Replacer la personne âgée au cœur des décisions dans la communication	Savoir-faire un plan de transmission	Valoriser les ressources en communication Exprimer son avis/ module C2
Outils pédagogiques	PowerPoint C2	Ligne de positionnement	Écriture et exposé en sous-groupe Grille des pratiques : travail en binôme	Jeu de rôle Questionnaire Q3/ module C2 : billet d'humeur et éléments découverts

Présentation du module

- ▶ **5 min** Évaluation Q3 - module C2: billet d'humeur.
- ▶ **30 min** Question collective avec post-it - « Qu'est-ce vous avez mis en œuvre pour protéger l'autonomie des personnes âgées ? » Distribution de 3 post-it par binôme de participants, des roses pour ce qui a réussi, des jaunes ce qui a échoué.
- ▶ **5 min** Présentation des objectifs et du contenu du module C2.

Synthèse sur la feuille de tableau du module C2 – Communication et transmission

Ligne de positionnement et plan de transmission

- ▶ **25 min** Depuis 3 ans, vous intervenez le mardi à 14 h00 chez M^{me} Durand qui vit seule, est autonome, fait ses courses dans le quartier. Âgée de 83 ans, elle est heureuse d'être aidée pour le gros ménage et les courses trop lourdes. Lundi après-midi, vous êtes contacté par son fils qui vous annonce qu'elle a chuté sur le trottoir dimanche matin, a été hospitalisée. On lui a fait plusieurs points de suture à la tête et elle rentrera jeudi. Son fils vous donne rendez-vous chez elle mardi à 14 heures afin de descendre la chambre à coucher au rez-de-chaussée. Question : Comment allez-vous vous positionner par rapport à la demande du fils ?

Les participants se positionnent d'un côté ou de l'autre de la ligne (représentée par une ficelle ou une corde au sol) en définissant au préalable le côté de la ligne « Je suis d'accord » et l'autre côté « Je ne suis pas d'accord ». Ensuite, ils se rassemblent par groupes pour développer leurs arguments.

Chaque groupe expose les raisons de son choix. Si les participants se positionnent du même côté de la ligne, il est important que les arguments soient construits en petits groupes.

- ▶ **20 min** Élaboration en binôme par écrit et oral du plan de transmission pour leur responsable de secteur pour relater la demande du fils de M^{me} Durand et les arguments pour la réponse.

Négociation et argumentation

- ▶ **15 min** Jeu de rôle.
Catherine, aide à domicile. Vous travaillez depuis 5 ans chez M. Pierre qui vient de perdre son épouse. Il a maintenant besoin de vous pour faire ses courses et ses démarches administratives. Pour réaménager votre intervention, vous avez demandé le passage de votre responsable.
M. Pierre, âgé de 83 ans. Aidé par Catherine depuis 3 ans, vous appréciez ses services. Vous souhaitez être accompagné lors de vos courses et de vos démarches.
Annie, responsable de secteur. Catherine vous demande une réévaluation de la situation de M. Pierre suite au décès de son épouse. Vous ne pouvez pas augmenter le temps de travail.
- ▶ **15 min** En 3 sous-groupes, un par personnage, rechercher les arguments pour chacun.
- ▶ **15 min** Synthèse des différents arguments pour arriver à une solution pour prendre en compte la demande de M. Pierre.

Communication globale et positive

- ▶ **20 min** Présentation interactive des postures propices à une communication globale et positive - PowerPoint C2 - Communication et transmission.

Pratiques en communication pour renforcer l'autonomie des personnes âgées : la grille des pratiques

- ▶ **15 min** Travail en binôme sur la partie réponse de la ligne Communication et transmission à partir d'exemple concret des participants.
- ▶ **15 min** Synthèse collective.

Évaluation du module

- ▶ **5 min** Discussion en binôme : **évaluation Q3 - module C2: billet d'humeur et éléments découverts.**
- ▶ **10 min** Synthèse collective.

Synthèse sur la feuille du module C2 – Communication et transmission

Pratiques
professionnelles

 module
P2

Programme

Formateur

Professionnel en promotion de la santé

**Objectif
du module**

Savoir se positionner pour protéger l'autonomie des personnes âgées

3 activités

- > Répertorier les pratiques professionnelles protégeant l'autonomie de la personne âgée dans une approche globale et positive
- > Réfléchir sur la notion de l'autonomie des personnes âgées
- > Évaluer la formation

Déroulement du module

- ▶ **14h00 - 14h15** _____ **Présentation du module P2 - Pratiques professionnelles**
 - > Présentation des objectifs et du contenu du module
- ▶ **14h15 - 15h00** _____ **Pratiques professionnelles protectrices de l'autonomie**
 - > Travail en 3 sous-groupes pour créer un poster pour la protection de l'autonomie
 - > Discussion autour des 3 posters en utilisant la grille des pratiques
- ▶ **15h00 - 15h15** _____ **Pause / Photographie de groupe en prenant une pose pour protéger l'autonomie des personnes âgées**
- ▶ **15h15 - 16h00** _____ **Définition de l'autonomie des personnes âgées**
 - > Travail en binôme pour écrire la définition de l'autonomie des personnes âgées
 - > Synthèse et mise en parallèle avec les définitions produites en début de formation
- ▶ **16h00 - 16h30** _____ **Utilisation des apports de la formation**
 - > Réflexion autour de la question « Pour protéger l'autonomie des personnes âgées, qu'allez-vous mettre en œuvre et quelles difficultés pensez-vous rencontrer ? »
 - > Synthèse selon les 4 thématiques : Santé et autonomie, Mobilité et activités physiques, Alimentation et rythmes alimentaires, Communication et transmission
- ▶ **16h30 - 17h00** _____ **Évaluation**
 - > Réflexion en binôme: billet d'humeur et éléments découverts
 - > Synthèse collective

Parole des formateurs

- ▶ Il existe un écart important entre les définitions de l'autonomie formulées par les participants au début et à la fin de la formation : les termes sont plus positifs, la définition finale intègre les dimensions physiques et psychologiques de la santé, prend en compte les facteurs de protection comme la mobilité et l'alimentation et s'intéresse globalement à la personne dans son environnement social, l'aménagement de son logement, les aides techniques et l'organisation des services et des soins.
- ▶ L'utilisation de la Grille des pratiques à chaque module permet de lister concrètement les compétences des aides à domicile avec pour commencer l'observation du potentiel d'autonomie pour se situer toujours en complémentarité de façon à préserver ou stimuler l'autonomie dans les activités de tous les jours.

Parole des participants

- ▶ J'étais trop aux petits soins pour la personne et je ne la laissais pas suffisamment autonome.
- ▶ C'est très important de commencer par regarder comment les personnes s'organisent dans leur logement et de pouvoir parler avec le responsable de secteur et la personne âgée. C'est un ensemble : la santé va avec la mobilité, la communication, l'alimentation, la famille et les amis.
- ▶ Par les différentes expériences, les mises en situation, les échanges entre les formateurs et les participants, je me sens moins seule et moins unique dans les problèmes rencontrés. Je sais mieux les gestes pour aider la personne à conserver son autonomie en me protégeant moi-même.

Documents à télécharger sur le site de l'Inpes

- ▶ Module P2 - Pratiques professionnelles :
 - programme P2
 - carnet de bord P2

Compétences et activités du module

Niveaux d'objectifs	Connaissances	Attitudes	Aptitudes	Savoir dire
Compétences	Savoir définir l'autonomie des personnes âgées dans une approche globale et positive	Adopter une posture globale et positive pour protéger l'autonomie de la personne âgée	Mettre en œuvre des actes professionnels protecteurs de l'autonomie	Répertorier les pratiques professionnelles protégeant l'autonomie Exprimer son avis/ 5 modules de la formation
Outils pédagogiques	Questionnaire E3 Case 1	Photo de groupe/ attitude de protection de l'autonomie	Création de posters	Tour de table/case 2 - questionnaire Q3 Cases 3 et 4 : intérêt et utilité dans le travail

Présentation du module

- ▶ **5 min** Évaluation Q3 - module P2: billet d'humeur.
- ▶ **10 min** Présentation des objectifs et du contenu du module P2.

Répertoire des Pratiques professionnelles protectrices de l'autonomie

- ▶ **15 min** Travail en 3 sous-groupes pour créer un poster destiné à des aides à domicile sur le thème de la protection de l'autonomie des personnes âgées à domicile.
- ▶ **30 min** Discussion autour des 3 posters en utilisant la grille des pratiques :
 - lecture globale de l'autonomie en classant les ressources selon les 4 niveaux d'action : au niveau de la personne âgée, de l'environnement (domicile, aides techniques et extérieur du domicile), des aidants proches et des organisations professionnelles ;
 - classement des différentes Pratiques professionnelles : observation des ressources et des manques, stimulation de l'autonomie existante, aide en complémentarité du potentiel d'autonomie de la personne âgée.

Pause / Photographie de groupe en prenant une pose pour protéger l'autonomie des personnes âgées

Définition de l'autonomie des personnes âgées

Évaluation Q3 – Case 1 « L'autonomie des personnes, c'est... »

- ▶ **10 min** Travail en binôme pour écrire la définition de l'autonomie des personnes âgées.
- ▶ **25 min** Synthèse des définitions en classant selon 3 critères :
 - une dimension positive ou négative de l'autonomie ;
 - une approche globale de santé ou une approche thématique (alimentation, activité physique, loisirs, projets...);
 - selon une prise en compte des déterminants individuels ou socio-environnementaux.
- ▶ **10 min** Mise en parallèle avec les définitions produites au début de la formation en feuille de synthèse 3 du module P1 - Pratiques professionnelles.

Bilan de la formation

Évaluation Q3 – case 2 « Pour protéger l'autonomie des personnes âgées, qu'allez-vous mettre en œuvre et quelles difficultés pensez-vous rencontrer ? ».

- ▶ **10 min** Réflexion en binôme.
- ▶ **20 min** Synthèse selon les 4 thématiques: Santé et autonomie, Mobilité et activités physiques, Alimentation et rythmes alimentaires, Communication et transmission.

Évaluation de la formation

Évaluation Q3 - module P2: billet d'humeur et cases 3 et 4 - intérêt et utilité dans le travail.

- ▶ **10 min** Réflexion en binôme.
- ▶ **20 min** Synthèse collective autour d'une collation à base de fruits et de boisson.

Professionnels ayant participé à la conception de la formation

Inpes

- ▶ Lucette Barthélémy, chargée d'expertise en promotion de la santé
- ▶ Emmanuelle Hamel, chef de département Formation et ressources
- ▶ Marie-Josée Moquet, chef de département Qualité et labellisation
- ▶ Stéphanie Pin, responsable du pôle Cycles de vie et populations

CNSA

- ▶ Marie-Aline Block, directrice scientifique
- ▶ Anne Kieffer, médecin gériatre
- ▶ Florence Condroyer, directrice de la communication

Groupe d'experts

- ▶ Fabienne Hiegel, Qualification des intervenants à domicile - Direction générale de l'action sociale
- ▶ Dr Ronan Le Reun, médecin de santé publique - CH Brest
- ▶ Isabelle Moesch, sociologue - Institut régional du vieillissement de Franche-Comté
- ▶ Christian Sepieter, kinésithérapeute - SARL Aga'pes Formation - Cenon
- ▶ Martine Bantuel, experte en promotion de la santé - ASBL EducaSanté Charleroi (Belgique)
- ▶ Dr Jean-Pierre Aquino, gériatre et médecin de santé publique - Président de l'Association internationale francophone de gériatrie et gérontologie (AIFGG)

4 équipes pluridisciplinaires d'expérimentation de la formation

Région Nord-Pas-de-Calais

- ▶ Coordonnateur et fil rouge : Gilles Vangrevelinghe, chargé de programmes de prévention - IREPS Nord-Pas-de-Calais
- ▶ Agnès Durande, cadre de santé - Réseau de soins gérontologiques, Lille-Hellemmes-Lomme
- ▶ Nicolas Lelièvre, éducateur sportif - Association Longevisport, Nœux-les-Mines
- ▶ Jean-Charles Duchâtel, diététicien - Pôle de gériatrie du centre hospitalier de Seclin
- ▶ Clémence Gommeaux, psychologue - Équipe mobile de gériatrie, centre hospitalier de Roubaix

Région Champagne-Ardenne

- ▶ Coordonnateur et fil rouge : Anne Moreaux, médecin - Réseau gériatrique de Champagne-Ardenne (REGECA)
- ▶ Catherine Roman, directrice - Centre local d'information et de coordination gérontologique (CLIC), Charleville
- ▶ Anne-Marie Boisset, kinésithérapeute - Association « Tout à gym » Troyes
- ▶ Aurélie Costa, diététicienne - Maison de la nutrition, Reims
- ▶ Clémence Gommeaux, psychologue - Équipe mobile de gériatrie, Centre hospitalier de Roubaix

Région Franche-Comté

- ▶ Coordonnateur et fil rouge : Isabelle Moesch, sociologue - Institut régional du vieillissement de Franche-Comté
- ▶ Orcel Vincent, aide-soignant
- ▶ Mickael Barthaux, conseiller technique régional fédéral - Sport pour tous, Besançon
- ▶ Marie-Claire Clairret, diététicienne - Coordinatrice Nutriconseil 25
- ▶ Emmanuelle Cormarie, sociologue - Université de Franche-Comté

Région Centre

- ▶ Coordonnateur et fil rouge : Séverine Dropsy, directrice CODES de l'Indre
- ▶ Florence Pachot, cadre supérieur de santé en gériatrie - centre hospitalier de Vierzon
- ▶ Sylvette Besançon, formatrice - Comité régional d'éducation physique et de gymnastique volontaire, Orléans
- ▶ Régine Protin, diététicienne libérale
- ▶ Bénédicte Lafond, formateur - Institut du travail social de Tours

Déploiement de la formation par appel d'offres

Par appel d'offres, en 3 vagues dans 22 régions, une structure a été sélectionnée pour constituer une équipe régionale pluridisciplinaire de cinq formateurs et organiser, en lien avec les priorités de santé dans la région, une formation pour un groupe de 15 aides à domicile.

Pour dérouler la formation dans le respect du cahier des charges, chaque équipe devait participer à une journée nationale. Six journées nationales ont été organisées par l'Inpes, les formateurs étant membres du groupe d'experts et formateurs ayant expérimenté la formation dans les 4 régions pilotes.

Composition de l'équipe nationale de formateurs référents

- ▶ Martine Bantuelle, experte en promotion de la santé - ASBL Educasanté, Charleroi (Belgique)
- ▶ Gilles Vangrevelinghe, chargé de programmes de prévention - IREPS Nord - Pas-de-Calais
- ▶ Bénédicte Lafond-Burban, formateur - Institut du travail social de Tours
- ▶ Anne Moreaux, médecin gériatre - Réseau REGECA Champagne-Ardenne
- ▶ Agnès Durande, cadre de santé - Réseau de soins gérontologiques Lille-Hellemmes-Lomme
- ▶ Anne-Marie Boisset, kinésithérapeute - Association « Tout à gym » Troyes
- ▶ Aurélie Costa, diététicienne - Maison de la nutrition, Reims

Organismes en charge du déploiement de la formation

	Région	Structure	Coordinateur de la formation	Professionnel fil rouge
1 ^{re} phase : février à juillet 2011	Aquitaine	Greta Béarn Soule 3 bis, avenue Nitot BP 1505 64015 PAU CEDEX 05 59 84 99 40	Céline CLAVERIE greta64.claverie@ac bordeaux.fr	Colette CHRÉTIEN Formatrice généraliste en promotion de la santé
	Bretagne	IREPS Bretagne 4A, rue du Bignon 35000 RENNES 02 99 50 64 33	Christine FERRON VAN DER BEEK Cres.bretagne@wanadoo.fr	Michèle LANDUREN Professionnelle en promotion de la santé
	Île-de-France	CNAM- ISTNA 4, rue du Dc Heydenreich CS 65228 54052 NANCY Cedex 03 83 85 49 00	Édith LECOMTE elecomte@istna formation.fr	Olivier DUFOIR Chef projet en éducation pour la santé
	Languedoc-Roussillon	IREPS Languedoc-Roussillon Hôpital la Colombière 39, avenue Charles-Flahaut 34295 MONTPELLIER Cedex 5 04 67 04 88 50	Pierre SONNIER sonnier.irepslr@orange.fr	Pierre SONNIER Professionnel en promotion de la santé
	Lorraine	GIP Lorraine - Formation tout au long de la vie 28, rue de Saurupt BP 3039 54012 NANCY CEDEX 03 83 55 06 58	Hervé MARCHI ce.gip@ac-nancy-metz	Michèle SIMZAK Directrice IFAS
	Midi-Pyrénées	IREPS Midi-Pyrénées 77, allée de Brienne 31000 TOULOUSE 05 61 23 44 28	Laurence BIRELICHIE cres.midi-pyrenees@wanadoo.fr	Cécile BENOIT Psychologue
2 ^e phase : avril à septembre 2011	Pays de la Loire	CNAM – ISTNA 4 rue du Dc Heydenreich CS 65228 54052 NANCY Cedex 03 83 85 49 00	Édith LECOMTE elecomte@istna formation.fr	Isabelle DAUMAS Consultante Formatrice Prévention Santé
	Alsace	CNAM – ISTNA 4 rue du Dc Heydenreich CS 65228 54052 NANCY Cedex 03 83 85 49 00	Édith LECOMTE elecomte@istna formation.fr	Martine ROEGEL Médecin Conseiller DRJCS
	Auvergne	CNAM – ISTNA 4 rue du Dr Heydenreich CS 65228 54052 NANCY Cedex 03 83 85 49 00	Édith LECOMTE elecomte@istna formation.fr	Isabelle VISY Professionnelle en éducation et promotion de la santé
	Corse	CNAM – ISTNA 4, rue du Dr Heydenreich CS 65228 54052 NANCY Cedex 03 83 85 49 00	Édith LECOMTE elecomte@istna formation.fr	Laurence GABRIELLI Médecin
	Haute-Normandie	CNAM – ISTNA 4, rue du Dr Heydenreich CS 65228 54052 NANCY Cedex 03 83 85 49 00	Édith LECOMTE elecomte@istna formation.fr	Véronique BENICHOU Audit-Affaires générales- Médiateur

	Région	Structure	Coordinateur de la formation	Professionnel fil rouge
2 ^e phase	Limousin	Croix-Rouge CRFP LIMOUSIN 8, rue Émile Zola 87100 LIMOGES 05 55 37 86 05	Celia LAROCHELLE celia.larochelle@croix-rouge.fr	Laurence BOUDY Responsable pédagogique
	Poitou- Charentes	IREPS Poitou-Charentes 9, allée Pierre et Marie Curie 86000 POITIERS 05 49 41 37 49	Yann MOISAN yann.moisan@ educationsante-pch.org	Yann MOISAN Directeur IREPS Charente- Maritime
3 ^e phase : juillet à décembre 2011	Basse- Normandie	IREPS Basse-Normandie 3, place de l'Europe 14200 HÉROUVILLE-ST-CLAIR 02 31 43 83 61	Karine BLANCHARD irepsbn@orange.fr	Karine BLANCHARD Formatrice en promotion de la santé
	Bourgogne	GIP – FCIP Bourgogne Parc tertiaire des Grands Crus 60E, avenue du 14 juillet 21300 CHENOVE 03 80 58 81 23	Annie PANTIN annie.pantin@ac-dijon.fr	Stéphanie GAUDINET Formatrice GRETA
	Guadeloupe	IREPS 6, résidence Casse Rue Daniel Beauperthuy 97100 BASSE-TERRE 0 590 41 09 24	Pascale MELOT Pascale.melot@ireps.gp	Véronique DIMBAS Chargée de mission en promotion de la santé et développement social
	Guyane	Association Guyane Promo Santé 4, rue Félix Éboué 97300 CAYENNE 0 594 30 13 64	Hélène LAMAISON h.lamaison@gps.gf	Seynabou MONNIER THIAM Coordinatrice du réseau de Gériologie-Alzheimer Guyane
	Martinique	IREPS Centre d'affaires Agora Bât G - niveau 0 - BP 1193 Étang z'abricot-Pinte es grives 97200 FORT-DE-FRANCE 0 596 63 82 62	Karyne PIERRE-LOUIS k.pierrelouis-cresmartinique@ orange.fr	Karyne PIERRE-LOUIS Directeur IREPS
	PACA	Initiative 5 bis, place du Champsaur 05000 GAP 04 92 56 22 92	Franz RUBICHON info@initiative.pro	Simon LACHIQUE Consultant/formateur
	Picardie	IREPS Picardie Espace industriel nord 67, rue de Poulainville 80080 AMIENS 03 22 71 78 00	Valérie VILLAIN Valerie.villain@ireps-picardie.fr	Valérie VILLAIN Directrice adjointe Formatrice
	Réunion	IREPS 13, rue Roland Garros 97460 ÉTANG-ST-PAUL 02 60 71 10 88	Cédric PEDRE cedric.irepsreunion@orange.fr	Nathalie PAGEAUX Formateur en promotion de la santé
	Rhône- Alpes	Croix-Rouge IRFSS Rhône-Alpes 1, rue Mont Ferré- BP 20032 42009 SAINT-ÉTIENNE 08 10 20 02 70	Pascale HAINZELIN pascale.hainzelin@croix-rouge.fr	Pascale HAINZELIN Responsable formation continue

Ressources Inpes - www.inpes.sante.fr

La Santé en action

La Santé de l'homme est la revue d'information et de réflexion en éducation pour la santé de l'Inpes. Depuis mars 2013, cette revue gratuite a pris un nouveau nom, *La Santé en action* (4 numéros par an) et est disponible :

- ▶ en version papier, sur abonnement pour les lieux collectifs ;
- ▶ en version électronique, pour tous sur le site de l'Inpes.

La collection « Évolutions »

En plus des *Baromètres santé* qui font l'objet d'une publication systématique, l'Inpes maintient chaque année une importante activité d'études, d'évaluation et de recherche. La collection « *Évolutions* » rend compte de leurs résultats selon un plan Imred (introduction, méthode, résultats, discussion). Chaque numéro de 4 ou 6 pages, illustré par de nombreux graphiques et tableaux, peut être commandé gratuitement ou téléchargé.

Équilibres

Cette lettre électronique d'information de l'Inpes présente chaque mois les actions menées par l'Institut.

Catalogue

Affiches, dépliants, brochures, mais aussi outils d'intervention, matériel audio et vidéo, l'Inpes propose au grand public, aux professionnels de la santé, aux professionnels de l'éducation et aux professionnels de l'éducation pour la santé quelque 500 supports gratuits. Ils peuvent être commandés et sont aussi téléchargeables.

Inpes
Service Diffusion
edif@inpes.sante.fr

Ressources CNSA - www.cnsa.fr

Le site internet de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie comporte différentes publications : rapport annuel, ouvrages (co-)édités dans les champs de ses actions.

La lettre de la CNSA, éditée trois fois par an, dispose d'un site à part entière qui permet de s'y abonner : www.lalettrecnsa.fr/.

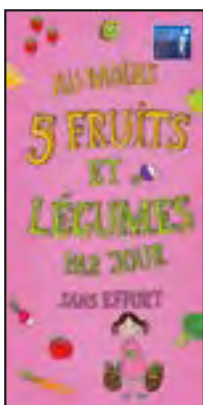
CNSA
66, avenue du Maine
75682 Paris cedex 14
Tél. : 33 (0)1 53 91 28 00

Documents téléchargeables

- ▶ Le guide nutrition à partir de 55 ans :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/932.pdf>
- ▶ Le guide nutrition pour les aidants des personnes âgées :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/941.pdf>
- ▶ Mémo nutrition :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/958.pdf>
- ▶ La courbe des repères :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1248.pdf>



- ▶ Fiche « Au moins 5 fruits et légumes par jour sans effort » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1115.pdf>
- ▶ Fiche « Les féculents, un plaisir à chaque repas » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1116.pdf>
- ▶ Fiche « Viande, poisson, œufs : 1 à 2 fois par jour c'est essentiel! » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1178.pdf>
- ▶ Fiche « 3 produits laitiers par jour? Vive la variété! » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1180.pdf>





- ▶ Fiche « Le sel: comment limiter sa consommation? » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1181.pdf>
- ▶ Fiche « Limitez votre consommation de sucre tout en restant gourmand » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1176.pdf>
- ▶ Fiche « Matières grasses: savoir les choisir et réduire sa consommation » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1182.pdf>
- ▶ Fiche « De l'eau sans modération! » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1179.pdf>
- ▶ Fiche « Bouger chaque jour, c'est bon pour la santé » :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1177.pdf>



- ▶ Aménagez votre maison pour éviter les chutes :
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/532.pdf>

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé
42, boulevard de la Libération / 93203 Saint-Denis Cedex
www.inpes.sante.fr



Avec le soutien de la
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie

