



PROGRAMME DE FORMATION

“Accompagner les personnes dépendantes dans les actes essentiels de la vie quotidienne”

Modalités d'admission et de déroulement :

Pour toutes nos formations, merci de vous inscrire par courrier, par mail, par téléphone. Votre demande d'inscription sera traitée dans un délai de deux jours ouvrés. Toute commande de formation doit faire l'objet d'une confirmation écrite et suppose que le client accepte le contenu du stage et les prérequis, dont il s'engage à avoir eu connaissance. La formation ne pourra débuter qu'au moins après les 10 jours calendaires suivant la réception du bon de commande.

Lieu de la formation :

La formation se déroulera en présentiel au 1 rue Georges Stephenson, 78180 Montigny-le-Bretonneux sous la supervision du formateur.

Accessibilité pour les personnes en situation de handicap :

La formation est ouverte aux personnes en situation de handicap. Le référent handicap évalue et anticipe les adaptations nécessaires.

Contact : institutperforma92@gmail.com

Téléphone : +33 6 79 87 25 67

Durée :

La formation dure 14 heures

Délai et modalités d'accès :

Le délai d'accès à la formation est de 10 à 20 jours.

Public concerné :

- Aides à domicile
- Agents de service hospitalier (ASH)
- Assistants de vie
- Accompagnants éducatifs et sociaux
- Personnes en reconversion vers les métiers du soin et de l'accompagnement

Prérequis d'accès à la formation :

Aucune certification exigée, mais une expérience ou un projet professionnel dans l'aide à la personne est souhaitable.

Tarif :

1 200 € TTC



Objectifs et compétences visées :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les besoins fondamentaux de la personne dépendante
- Appliquer les techniques d'accompagnement dans les actes essentiels de la vie quotidienne
- Adapter leur posture professionnelle à la situation de dépendance et aux capacités résiduelles de la personne
- Mettre en œuvre des gestes et techniques favorisant l'autonomie et le confort
- Communiquer avec bienveillance et respect dans le cadre d'une relation d'aide

Méthodes pédagogiques mobilisées :

Suivant la nature de la séquence abordée, les méthodes suivantes seront mobilisées :

- Présentiel interactif : Alternance d'apports théoriques, échanges, études de cas, mises en situation
- Supports multimédia : Vidéos de cas concrets, démonstrations techniques
- Documentation personnalisée : Livret stagiaire, fiches techniques, mémo pratiques
- Accompagnement individualisé : Apports personnalisés selon le niveau et l'expérience de chacun
- Évaluations formatives : Quiz, auto-diagnostics, jeux pédagogiques de mise en pratique



Programme de formation détaillé

Jour 1 : Comprendre les besoins fondamentaux et structurer l'accompagnement

08h00 - 08h30 : Accueil et présentation de la formation

- Présentation des objectifs et du déroulement
- Recueil des attentes des participants
- Constitution du cadre bienveillant et participatif

08h30 - 10h00 : Les besoins fondamentaux de la personne dépendante

- Identifier les besoins physiques, psychologiques et sociaux
- Repérer les signes de perte d'autonomie
- Adapter l'accompagnement à chaque situation

10h00 - 10h15 : Pause

10h15 - 12h00 : Les actes essentiels de la vie quotidienne

- Définir les actes : toilette, habillage, repas, déplacements, élimination
- Comprendre les conséquences du handicap ou de la dépendance
- Prioriser les interventions selon l'état de la personne

12h00 - 13h30 : Pause déjeuner

13h30 - 15h00 : Les techniques de gestes adaptés

- Appliquer les techniques de manutention sécurisées
- Respecter l'intimité, la pudeur et les rythmes de la personne
- Prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS)

15h00 - 15h15 : Pause

15h15 - 17h00 : Posture professionnelle et relation d'aide

- Adopter une posture professionnelle juste
- Gérer la distance relationnelle et émotionnelle
- Développer une communication empathique et efficace



Jour 2 : Mettre en œuvre un accompagnement individualisé et sécurisant

08h00 – 08h30 : Rappel de la journée précédente et introduction

- Retour sur les apprentissages du jour 1
- Partage d'expériences et ajustement aux besoins

08h30 – 10h00 : Accompagner la toilette et l'habillage

- Techniques selon les niveaux d'autonomie
- Outils pour favoriser l'implication de la personne
- Gestion des refus, inconforts ou troubles cognitifs

10h00 – 10h15 : Pause

10h15 – 12h00 : Accompagner les repas et l'hydratation

- Installer la personne confortablement
- Respecter les régimes alimentaires spécifiques
- Favoriser un moment agréable et relationnel

12h00 – 13h30 : Pause déjeuner

13h30 – 15h00 : Prévention des risques et sécurité de l'accompagnement

- Identifier les situations à risque (chutes, malaises, isolement)
- Mettre en œuvre les mesures de sécurité et alerter si nécessaire
- Contribuer au confort et à la prévention des complications

15h00 – 15h15 : Pause

15h15 – 17h00 : Mise en situation et évaluation finale

- Cas pratique d'accompagnement dans un ou plusieurs actes essentiels
- Débriefing collectif et retour individuel sur les compétences acquises
- Évaluation à chaud de la formation

Méthode d'évaluation

Évaluation finale par mise en situation professionnelle simulée (toilette, aide au repas, transfert)