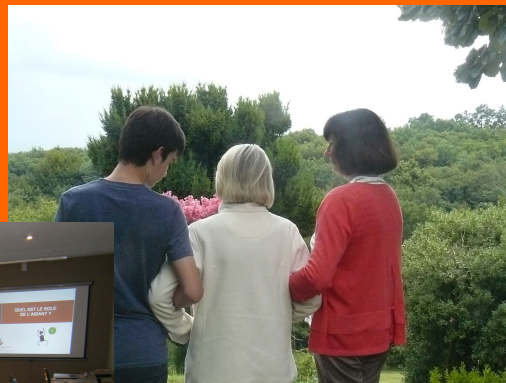


# CATALOGUE

## FORMATIONS DES AIDANTS

**AIDE  
AUX  
AIDANTS**

**CONCILIER VIE PROFESSIONNELLE  
ET RÔLE D'AIDANT**



**ACCOMPAGNER UN  
PROCHE DÉPENDANT**

**FORMATION CONTINUE**

**CIF-AIDANTS**  
Centre de Formation des Aidants



# CIF-AIDANTS

Centre d'Information et de  
Formation des Aidants

La famille, l'entourage proche, la conjointe, la fille, le voisin, qui viennent en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne sont des Aidants . **Lorsqu'ils sont encore en activité ils sont des Salariés-Aidants.**

Ils assument quotidiennement un double rôle, d'une part comme salarié de leur entreprise et d'autre part comme Aidant d'un proche. Une charge de travail contraignante et répétitive nécessitant une grande polyvalence qui progressivement va générer un stress croissant, des troubles du sommeil, un profond sentiment de culpabilité, un isolement social qui généralement les mènent vers un état dépressif.

Vous êtes plus de 50% à souhaiter mieux connaître la maladie de votre proche à demander d'être formés aux gestes essentiels des soins, afin de pouvoir l'accompagner sans nuire à sa qualité de vie et d'être plus efficace.

Vous souhaitez avoir accès à l'information et aux solutions d'aides, vous souhaitez préserver votre santé, le CIF-AIDANTS vous accompagne dans le partage de vos expériences, de connaissances et de bonnes pratiques.

Pascal JANNOT  
Directeur du CIF-AIDANTS

## La Formation des Salariés-Aidants

Des formations qui permettent de comprendre les personnes âgées ou les personnes handicapées pour mieux les accompagner, acquérir des savoir-faire et des savoir-être afin de pouvoir concilier vie professionnelle et rôle d'Aidant.

L'équipe du CIF-AIDANTS  
12 rue du Grand Puits  
24100 Bergerac  
05 53 24 97 27  
[www.cif-aidants.com](http://www.cif-aidants.com)

### Le CIF-AIDANTS

30 ans de pratique professionnelle acquise auprès des usagers et notamment du couple « Aidant/Aidé », dans le secteur sanitaire, social et médico-social.

### Partenaires



### NOS COMPETENCES

Une équipe experte composée de professionnels de santé , gérontologue, directeur d'EHPAD, Infirmières conseillères en gériatrie, expert de l'accompagnement psycho-social de l'aidant, tous possèdent une double culture et connaissent parfaitement les contraintes et les difficultés des aidants tant à domicile qu'en établissement.



## Les besoins et les demandes des Aidants

80 % des Aidants assument leur rôle pour lequel ils ne sont pas préparés pour une durée moyenne de 4 ans . Pour 35% d'entre eux d'environ 10 ans .

Un parcours difficile lorsqu'il s'agit d'accompagner un proche quotidiennement et de concilier une vie professionnelle.

Vous êtes Aidant, ne vous laissez pas culpabiliser, vous n'êtes certainement pas préparés à ce rôle et personne ne l'est. Prenez le temps d'apprendre à mieux aider l'autre en bénéficiant d'apprentissages et de techniques professionnelles.

Vous devez prendre du recul, apprendre à déléguer, prendre du répit pour cela acceptez d'acquérir les bons gestes et les bonnes pratiques indispensables à votre noble rôle.

### Un centre de formation dédié aux Aidants

Pour comprendre et pour apprendre à gérer les troubles et les comportements d'un proche, les effets de la maladie, comment agir face à l'urgence, savoir prendre du recul, déculpabiliser, apprendre à déléguer, accepter d'être accompagné ...

Autant d'acquis qui rendront votre tâche moins difficile qui vous permettront de trouver des solutions à votre double activité, de rencontrer d'autres Aidants qui bénéficient eux aussi d'expérience analogue ...

La conception de nos formations s'appuie sur une expérience acquise à la fois sur le terrain du médico-social mais aussi auprès La Maison des Aidants (structure d'accueil des aidants de proche) et de son site internet [www.lamaisondesaidants.com](http://www.lamaisondesaidants.com) , (portail de référence dans l'accompagnement des aidants).

Des parcours de formations adaptés, une approche pédagogique simple, des séances et un planning souple pour vous proposer des formations sur une journée ou sur des ½ journées.

---

**Les formations se font dans votre entreprise où dans nos locaux**

**Des formations en petit groupe ou individuelles**

**Des modules courts permettant d'acquérir à son rythme et ses possibilités les compétences nécessaires à l'accompagnement des personnes fragiles dépendantes.**

**Des formations pour acquérir les savoir-faire et les bonnes pratiques, acquérir des compétences et vous simplifier le quotidien, s'adapter aux problèmes grâce à l'apprentissage des solutions qui existent.**

**Un accompagnement post-formation avec notre plateforme d'aide aux Aidants est proposé.**

# SOMMAIRE

## Etre un aidant

- L'aidant : Qui est-il ? 6
- L'aidant et la relation d'aide 7
- L'aidant et la prévention de sa santé 8
- L'aidant et les aides 9
- Mieux communiquer avec son proche 10
- L'aidant et les limites du maintien à domicile 11
- Quelle vie professionnelle pour l'aidant 12

## Aider son proche : les bonnes pratiques

- Comprendre le vieillissement et ses conséquences 14
- Les principales pathologies du vieillissement 15
- Accompagner et comprendre la personne âgée 16
- L'aidant et l'alimentation de la personne âgée 17
- L'aidant et les troubles de la déglutition 18
- L'aidant et la prévention des infections à domicile 19
- L'aidant et la maladie d'Alzheimer 20
- L'aidant et la maladie de Parkinson 21
- L'aidant et la prévention des troubles cutanés : les escarres 22
- L'aidant et la prévention de l'incontinence 23
- L'aidant et la prévention de la déshydratation 24

## Les aides : juridiques, financières, matérielles

- L'aidant et ses droits 26
- L'aidant et les mesures de protection juridique 27
- L'aidant et les professionnels à son service 28

## Prévention des risques

- L'aidant et la prévention des accidents domestiques et des chutes 30
- L'aidant : détecter les signes d'alerte du changement de l'état de santé du proche 31
- L'aidant et la manutention des personnes à mobilité réduite 32
- L'aidant et la bientraitance : le rôle de l'aidant 33
- L'aidant : rôle et responsabilité dans la prise des médicaments 34

# Les ateliers information/formation

(Programme et date sur demande)

## Les thématiques

### **vous vous occupez d'un proche, vous êtes un aidant**

- ▶ Pourquoi et comment accepter le rôle d'aidant ?
- ▶ Comment faire face sans s'épuiser ?
- ▶ Comment prendre soin de soi pour prendre soin du proche ?
- ▶ Quelle est votre place auprès de lui ?
- ▶ Quelles ressources et quelles limites dans mon rôle ?
- ▶ Comment prendre du répit ?
- ▶ Comment m'occuper de mon proche en travaillant ?
- ▶ Quels sont les congés que je peux prendre ?

### **vous aidez un proche au quotidien, vous êtes dans une relation d'aide**

- ▶ Qu'est-ce que je peut faire ou ne pas faire ?
- ▶ Comment communiquer avec une personne âgée ?
- ▶ Comment comprendre les changements de comportement ?
- ▶ C'est quoi la maladie d'Alzheimer ?
- ▶ Qu'est-ce que la bientraitance ?

### **vous aidez un proche dépendant, vous êtes confrontés à la perte d'autonomie**

- ▶ Comment s'y prendre dans les actes de la vie quotidienne ?
- ▶ Comment occuper mon proche ?
- ▶ Comment préserver l'autonomie de la personne âgée dépendante ?
- ▶ Que choisir ? Maison de retraite ou domicile
- ▶ A quelles aides ai-je droit ? (Matérielles, humaines, financières)
- ▶ A quoi sert l'APA, la PCH... ?
- ▶ Comment organiser le maintien à domicile ?

# Etre un aidant

## “ L’AIDANT : QUI EST-IL ? ”

### OBJECTIFS

Etre aidant constitue un véritable «parcours du combattant» et cela commence souvent avant les premiers diagnostics médicaux.

Que ce soit soudain ou progressif, l'apparition de ce nouveau rôle «d'aidant de proche» constitue un réel bouleversement. Il comporte des responsabilités et de nombreuses activités à mener de front.

Celles-ci remplacent peu à peu les anciennes habitudes de vie familiales, sociales, professionnelles.

- Qu'est-ce que devenir aidant ?
- Un parcours, des premiers jours aux derniers
- Des limites à ne pas dépasser
- L'apprentissage d'un nouveau rôle

### P R O G R A M M E

#### L'aidant :

- Généralités et chiffres
- Définition
- Croyances d'aidants (test)

#### Qu'est ce qu'être aidant ?

- Qui est-il ?
- Quel est son profil ?
- Son rôle et les conséquences
- Que fait-il ?
- Ses besoins

#### L'apprentissage d'un nouveau rôle :

- Connaître les différentes formes d'aide
- De nouveaux droits
- Quels statuts ?

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

**EQUIPE PEDAGOGIQUE :**  
Expert de l'accompagnement de l'aidant

**PUBLICIC :**  
• Aidants de proche

**DUREE :** 1 à 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra



# Etre un aidant

## " L'AIDANT ET LA RELATION D'AIDE "

### OBJECTIFS

Les Aidants sont rarement préparés à leur nouveau rôle qui consiste à prendre en charge une personne dépendante.

Une relation d'aide de qualité doit tenir compte des besoins fondamentaux que nécessite une personne dépendante, ainsi que de ses capacités et de ses envies.

Respecter sa limite dans la relation d'aide, c'est respecter sa capacité à donner.  
Ce que je ne peux pas, je ne dois pas.

- Connaître les besoins spécifiques d'une personne en perte d'autonomie
- Etre aider pour mieux aider l'autre.
- Connaître ses limites
- Eviter l'épuisement fait partie des objectifs de cette formation

### PROGRAMME

#### Les besoins fondamentaux de tout être humain

- Respirer, manger, boire, se vêtir, marcher...

#### Les besoins spécifiques d'une personne en perte d'autonomie

- La dépendance

#### La relation d'aide

- Définition
- Comment bien accompagner
- La culpabilité
- Bien communiquer
- Comment me protéger
- Quelles limites ?

#### Les aidants professionnels

- Quelle répartition des rôles
- Un partenaire, répartition des tâches

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Etre un aidant

## " L' AIDANT ET LA PREVENTION DE SA SANTE "

### OBJECTIFS

Dans un contexte novateur l'Aidant devient un partenaire sans qui toute prise en charge d'une personne dépendante est compromise

La prévention et l'éducation pour la santé de l'Aidant est déterminante.

L'aidant doit prendre du recul afin d'établir une relation d'aide adaptée.

· L'Aidant afin d'éviter l'épuisement doit apprendre à déléguer

· Connaître et prévenir les conséquences du rôle d'aidant sur sa santé .

### PROGRAMME

#### La santé de l'aidant

- Les impacts ?
- Les conséquences (au quotidien, sur la vie professionnelle)
- Quelles mesures ?

#### L'épuisement de l'Aidant :

- Apprendre à prendre du recul
- Apprendre à déléguer
- Les solutions de répit

#### Le stress de l'aidant

- Les conséquences (physiques, psychologiques...)
- Quelles solutions ?
- Apprendre à demander de l'aide

#### Qui peut m'aider ?

- Les professionnels
- Groupe de parole
- La famille ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

- Aidants de proche



# Etre un aidant

## " L' AIDANT ET LES AIDES "

### OBJECTIFS

Lorsque l'on aide une personne en perte d'autonomie ou dépendante, il est parfois difficile de s'y retrouver dans le dédale des différentes aides existantes.

L'information et la connaissance de ces aides par l'Aidant devient nécessaire.

- . Connaître les aides financières
- . Connaître les aides techniques
- . Connaître les aides humaines
- . Pouvoir mettre en place une nouvelle organisation
- . Connaître mes interlocuteurs

### P R O G R A M M E

#### Les aides financières

- Les allocations en situation de handicap
- Les allocations pour un proche âgée
- Les aides fiscales, les exonérations
- Le CESU

#### Les aides humaines

- Quels professionnels ?
- Les services à la personne
- Le portage de repas

#### Les aides techniques

- Aménagement du domicile
- Le matériel du quotidien (déplacement, sommeil, repas...)
- La téléassistance

#### Les interlocuteurs

- CLIC, MDPH
- Mutuelle, caisses de retraite
- Mairie, conseil général
- Les associations ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Etre un aidant

## " MIEUX COMMUNIQUER AVEC SON PROCHE "

### OBJECTIFS

La communication est un processus par lequel les personnes s'influencent mutuellement en échangeant de l'information, des idées, des émotions.

- Connaître les différentes formes de communication
- Comprendre les messages du proche
- Acquérir des techniques de communications efficace
- Adapter ses techniques de communication en fonction des déficits du proche.

### PROGRAMME

#### Le processus de communication :

- Définition
- Le message
- Comment ?

#### Les formes de communication :

- La communication verbale et non verbale
- La communication symbolique

#### Les techniques de communication aidante :

- L'écoute active
- L'empathie
- Le toucher
- Le silence ...

#### Les interventions non aidantes :

- Changement de sujet
- Réponses stéréotypées
- Utilisation de « Pourquoi ? »
- Réactions défensives, passives, agressives ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Etre un aidant

## “ L’AIDANT ET LES LIMITES DU MAINTIEN A DOMICILE ”

### OBJECTIFS

**Conserver** l'autonomie d'un proche dépendant et devenir l'aidant de celui-ci en respectant certaines règles imposées aux professionnels nécessite l'apprentissage de compétences.

**Acquérir** les bonnes pratiques afin que la vie sociale de chacun puisse exister.

**Optimiser** l'organisation du domicile tant dans l'aménagement afin d'augmenter l'autonomie que sa sécurisation afin d'éviter les risques de chutes que dans la mise en place des aides humaines qui contribuent à la prise en charge de certains soins .

**Connaitre** les différentes aides existantes

**Accepter** d'être aidé, sont autant d'objectif à atteindre afin d'accompagner un proche dépendant le plus longtemps possible .

Prendre le recul nécessaire afin d'évaluer le moment où malgré l'ensemble des mesures mises en œuvre les limites du maintien à domicile mettent en péril l'équilibre du couple Aidant/Aidé

### P R O G R A M M E

#### Les limites

- Définition
- Lesquelles
- Les connaître

#### L'aménagement et sécurisation du domicile

#### Prévention de la maltraitance ?

#### Quels types de risques peuvent apparaître ?

#### Quelles sont les aides humaines et financières existantes

#### Les services et prestations de soutien à domicile

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social - Educateur de santé  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### **PUBLIC :**

• Aidants de proche

# Etre un aidant

## “ QUELLE VIE PROFESSIONNELLE POUR L' Aidant ? ”

### OBJECTIFS

La famille, l'entourage proche, la conjointe, la fille, le voisin, qui viennent en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne sont des Aidants Familiaux. **Lorsqu'ils sont encore en activité ils sont des Salariés-Aidants.**

Ils assument quotidiennement un double rôle, d'une part comme salarié de leur entreprise et d'autre part comme Aidant d'un proche. Une charge de travail contraignante et répétitive nécessitant une grande polyvalence

- Comment concilier vie professionnelle et rôle d'Aidant
- Comment réduire l'impact
- Quelles sont les actions qui vous soutiennent ?

### PROGRAMME

#### Comment concilier vie professionnelle et rôle d'Aidant :

- Qu'est ce que être un Salarié Aidants ?
- De nombreuses étapes à risques

#### La relation d'aide :

- Qu'est ce que la relation d'aide ?
- Quelles sont les limites ?
- La prévention de l'épuisement

#### Comment préserver sa santé :

- Le stress
- La prise de recul
- Quand en parler à sa hiérarchie ?

#### Quelles solutions d'aides pour le salarié Aidant :

- Les congés légaux
- Le care management

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social - Educateur de santé

#### **PUBLIC :**

- Aidants de proche

**DUREE :** 4 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

# Aider son proche les bonnes pratiques

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## “ **COMPRENDRE LE VIEILLISSEMENT ET SES CONSEQUENCES** ”

### OBJECTIFS

Les aidants doivent s'adapter aux changements physiques qui accompagnent le vieillissement.

- Connaître les modifications survenant dans l'apparence de la personne âgée et dans son fonctionnement.
- Accompagner la personne âgée dans les changements physiques dus au vieillissement
- Pouvoir identifier les changements liés au vieillissement
- Mettre en place les activités de la vie quotidienne pour maintenir l'autonomie.

### PROGRAMME

#### Généralités sur le vieillissement :

- Les différentes théories
- Définition

#### Les changements physiologiques normaux du vieillissement :

- Les différents systèmes du corps humains
- Les conséquences du vieillissement

#### Les changements cognitifs :

- Le délire
- La démence

#### Les changements psychosociaux :

- La retraite
- L'isolement
- La sexualité
- La mort ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### **PUBLIC :**

- Aidants de proche



# Aider son proche : les bonnes pratiques

## " LES PRINCIPALES PATHOLOGIES DU VIEILLISSEMENT "

### OBJECTIFS

Les maladies ont un retentissement fonctionnel plus ou moins important sur la vie quotidienne.

- Apporter des connaissances à l'aide familial sur les maladies du vieillissement les plus fréquentes.
- Identifier et comprendre le handicap dû aux maladies.
- Pouvoir améliorer la mise en place des aides à la vie quotidienne pour une meilleure prise en charge.

### PROGRAMME

**Les maladies du squelette, des articulations et de la peau**  
(Arthrose, ostéoporose, fractures, escarre ... )

**Les maladies de l'élimination**  
(urinaire, digestive)

**Les maladies digestives**  
(Diabète, malnutrition ...)

**Les maladies respiratoires**  
(Pneumopathies, grippe ...)

**Les maladies des sens**  
(La vue, l'ouïe ...)

**Les maladies du cerveau**  
(La maladie de Parkinson, D'Alzheimer, l'AVC, les états confusionnels, les démences ...)

**Les maladies cardiaques**  
(L'infarctus, les œdèmes, l'hypertension ...)

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## " ACCOMPAGNER ET COMPRENDRE LA PERSONNE AGEE "

### OBJECTIFS

- Adapter et comprendre son rôle d'Aidant.
- Mieux connaître le vieillissement normal et pathologique.
- Améliorer la prise en charge des personnes âgées dépendantes.
- Anticiper les risques liés au vieillissement.
- Savoir identifier et repérer les incapacités physiques et les comportements pathologiques.
- Dispenser des soins adaptés et individualisés.
- Elaborer une démarche de prévention.

### PROGRAMME

#### Le vieillissement :

- Définition et causes

#### Approches physiologiques

#### Approches psychologiques

#### Les principales pathologies du vieillissement :

- les maladies : Alzheimer, Parkinson, diabète ....

#### Les conséquences du vieillissement :

- Mémoire
- Déglutition
- Audition
- Sommeil
- Alimentation
- Incontinence ...

#### Les solutions pour bien vieillir.

#### Les droits des personnes âgées, éthique.

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 2 jours ou 4 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## " L'AIDANT ET L'ALIMENTATION DE LA PERSONNE AGEE "

### OBJECTIFS

L'alimentation d'une personne âgée ne va pas de soi.

Comprendre l'instant repas pour l'Aidant est important.

L'Aidant doit se laisser guider par le bon sens tout en sachant maintenir et stimuler le plaisir de manger.

Il faut pour cela prendre en compte les besoins nutritionnels de la personne âgée afin de pouvoir identifier et évaluer les risques nutritionnels.

- Connaître les besoins spécifiques de la personne âgée.
- Connaître les régimes les plus fréquents.
- Qu'est ce que la dénutrition ?
- Prévenir les risques en matière d'hygiène alimentaire à domicile.
- Comment stimuler et maintenir le plaisir de manger ?

### PROGRAMME

Les besoins quantitatifs et qualitatifs.

Les changements physiologiques et psychologiques influant sur l'alimentation.

Les problèmes souvent rencontrés chez la personne âgée.

Les régimes : le diabète  
le cholestérol  
le régime sans sel

Qu'est ce que la dénutrition ?

Les bases de l'hygiène alimentaire à domicile :

- Les microbes les plus fréquents
- Prévenir le risque de contamination
- Conserver les aliments et les préparations culinaires

Composition de menus adaptés, les recettes, stratégie nutritionnelle.

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## “ L'AIDANT ET LES TROUBLES DE LA DEGLUTITION ”

### OBJECTIFS

La déglutition est un acte que nous répétons environ 600 fois par jour, d'où l'importance de :

- Comprendre le mécanisme de la déglutition
- Reconnaître les symptômes des troubles de la déglutition
- Connaître les conduites à tenir devant ces troubles
- Minimiser les risques d'étouffement
- Connaître et adapter les différentes techniques d'alimentation.

### P R O G R A M M E

#### La déglutition :

- Définition
- Mécanisme

#### Les dysfonctionnement de la déglutition :

- Causes
- Conséquences

#### Les fausses routes :

- Définition, causes, prévention ...

#### Le test de déglutition

#### Précautions générales avant d'alimenter une personne âgée dysphagique :

- Posture, autonomie
- Quels aliments ...

#### Conduite à tenir en cas de fausse route :

- La manœuvre d'Heimlich

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### **PUBLIC :**

- Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## "L'AIDANT ET LA PREVENTION DES INFECTIONS A DOMICILE"

### OBJECTIFS

L'hygiène domestique est indispensable pour éviter les risques infectieux.

- Connaître les règles d'hygiène et les bases du nettoyage
- Comprendre le mécanisme de développement des bactéries
- Adopter les bons gestes et les bonnes pratiques pour prévenir et gérer les risques infectieux.

### PROGRAMME

Généralités sur l'hygiène

Les risques infectieux à domicile :

- Les microbes, transmission, « l'aidant contaminateur », « l'aidant disséminateur »

Les antiseptiques, les désinfectants, les détergents ...

L'hygiène alimentaire

- Conservation des aliments
- Stockage des aliments ...

L'hygiène du linge

L'hygiène des locaux :

- Gestion des déchets

Prévention et bonnes pratiques :

- Lavage des mains
- Utilisation des gants
- Les vaccins ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

**EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

**PUBLIC :**

- Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## "L'AIDANT ET LA MALADIE D'ALZHEIMER"

### OBJECTIFS

Prendre en charge au quotidien une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer est souvent une épreuve pour les Aidants de la personne malade.

La reconnaissance de la maladie, les troubles du comportement, les effets de la maladie sur le malade et l'entourage sont autant de symptômes et de situations que l'Aidant ne connaît pas et ne peut anticiper car il ignore souvent les règles de communication ou de comportements adaptés qui peuvent désamorcer des situations aigües.

- Permettre aux aidants de mieux se situer et d'adapter sa conduite relationnelle à travers l'étude de la maladie d'Alzheimer.

- Connaître et comprendre la maladie d'Alzheimer.

- Comprendre les répercussions au quotidien sur le malade et son entourage.

- Acquérir les outils pour ne plus se sentir désarmé devant des situations complexes.

### PROGRAMME

#### Connaître et comprendre la maladie

- Les causes
- Le diagnostique
- Les traitements (médicamenteux ...)

#### Comprendre les différents troubles et symptômes et leurs répercussions dans les actes de la vie quotidienne

- Les troubles cognitifs, psychologiques et comportementaux

#### Les effets de la maladie au quotidien sur le proche et son entourage

#### Les bonnes pratiques pour l'aidant

- Anticipation et résolution des situations de crises

#### Ressources et limites de l'aidant

- Les limites de l'aidant : les identifier
- Apprendre à déléguer...

#### Les aides possibles

- Les aides extérieures
- Les différentes formules d'aides ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 jours

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

• Aidants de proche



# Aider son proche : les bonnes pratiques

## "L'AIDANT ET LA MALADIE DE PARKINSON"

### OBJECTIFS

En France, la maladie de Parkinson est la deuxième maladie neurodégénérative la plus fréquente. Elle est une cause majeure de handicap chez la personne âgée.

Les manifestations de la maladie sont variables et peuvent entraîner momentanément ou durablement une perte d'autonomie.

Connaître cette maladie et ses conséquences peut aider l'aidant à vivre mieux des situations difficiles.

- Connaître et comprendre la maladie de Parkinson.

- Comprendre les caractéristiques de la maladie.

- Respecter sa capacité à faire.

- Comprendre les répercussions au quotidien sur la perte d'autonomie;

- Acquérir les outils pour accompagner et prendre en charge un proche dans le quotidien (repas, habillage, déplacement).

- Acquérir les bonnes pratiques afin de garantir le confort et la sécurité du couple Aidant/Aidé.

### PROGRAMME

#### Comprendre la maladie

- Définition
- Les chiffres

#### Connaître la maladie

- Les causes
- Les signes
- Les différents stades
- L'évolution

#### Les conséquences de la maladie

- Physiques
- Psychologiques
- Sociales

#### Les traitements

- Médicaux
- Non médicaux

#### Maintien de l'autonomie

- Préserver et améliorer les gestes de la vie quotidienne (repas, toilette, habillage, troubles cognitifs, environnement, les activités ...)
- Adresses et ressources utiles

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 jours

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

• Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## " L' AIDANT ET LA PREVENTION DES TROUBLES CUTANES : LES ESCARRES "

### OBJECTIFS

La prévention des troubles "musculo cutanés" et les troubles trophiques sont souvent négligés.

Pourtant les conséquences de leur aggravation est souvent dramatique.

L'escarre est encore souvent considéré à tort comme une fatalité ou comme une conséquence inévitable du vieillissement de la personne et de sa perte d'autonomie.

Ils sont le résultat d'une diminution de la mobilité et non un phénomène physiologique.

Aujourd'hui les moyens préventifs permettent d'éviter à 100% les problèmes ischémiques cutanés.

### PROGRAMME

Rappel anatomique et physiologique

Processus ischémique

Définition et les différents stades de l'escarre

Maîtriser les facteurs de risque de survenue des troubles trophiques

Connaître l'ensemble des mesures préventives :

- L'hygiène
- L'alimentation et l'hydratation
- Le massage
- Le matériel ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 demi-journée

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

• Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## “ L’AIDANT ET LA PREVENTION DE L’INCONTINENCE ”

### OBJECTIFS

Touchant les femmes comme les hommes, l’incontinence urinaire peut avoir des répercussions psychologiques (anxiété, angoisse, dépression), sociales (repli sur soi, peur de sortir...) et médicales (irritation de la peau...).

Des solutions existent pour lever le tabou, repérer et connaître les signes.

- Reconnaître les signes de l’incontinence
- Mettre en place des aides à la prévention de l’incontinence
- Améliorer le confort de la vie quotidienne de la personne incontinente

### PROGRAMME

#### L’incontinence : c’est quoi ?

- Définition

#### Le système urinaire :

- Comment ça fonctionne ?

#### Les différents types d’incontinence

- Chez la femme
- Chez l’homme

#### Les traitements de l’incontinence

#### Prise en charge de l’incontinence et bonnes pratiques

- Quelles solutions ?
- Prévention

#### Les appareillages de l’incontinence

- Aménagement des locaux, protection ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 demi-journée

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### **PUBLIC :**

- Aidants de proche

# Aider son proche : les bonnes pratiques

## "L'AIDANT ET LA PREVENTION DE LA DESHYDRATATION"

### OBJECTIFS

L'eau est essentielle à la vie quotidienne.

- Comment reconnaître une déshydratation
- Prévenir et limiter les conséquences de la déshydratation
- Adapter et optimiser les solutions de prévention aux besoins de la personne âgée
- Savoir être en état d'alerte lors de périodes de fortes chaleurs

### P R O G R A M M E

#### Le corps et l'eau

- Rappel physiologique

#### La déshydratation : c'est quoi ?

- Définition, symptômes, causes
- Le coup de chaleur

#### L'hydratation

- Les besoins
- Astuces pour bien s'hydrater

#### Conseils et bonnes pratiques de prévention

- Aménagement de l'habitat
- Les habitudes alimentaires
- S'informer et relayer l'information
- Alerter

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 demi-journée

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### **PUBLIC :**

- Aidants de proche

# Les aides

# Les aides

## " L'AIDANT ET SES DROITS "

### OBJECTIFS

- Connaître ses droits et ceux de son proche
- Rendre les droits plus lisibles et accessibles.
- Respecter et faire respecter ses droits et ceux de son proche
- Acquérir des conseils pratiques et des adresses.

### PROGRAMME

#### Les droits de l'aidant :

- Définition, charte, ...

#### Qui sont mes interlocuteurs ?

#### Les congés :

- Congé de solidarité
- Congé de présence parentale
- Congé de proche aidant ...

#### Les mutuelles et caisses de retraite L'affiliation gratuite à l'assurance vieillesse

#### Que choisir ? :

- Aidant d'une personne âgée
- Aidant d'une personne handicapée
- Aidant d'un enfant handicapé

#### Le CESU : c'est quoi ?

#### Quels droits pour mon proche ? :

- APA, AAH, AEEH
- La prestation de compensation
- Les mesures spécifiques

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Cadre médico social  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### **PUBLIC :**

- Aidants de proche



# Les aides

## " L'AIDANT ET LES MESURES DE PROTECTION JURIDIQUE "

### OBJECTIFS

La loi du 5 mars 2007 portant réforme de la protection juridique des majeurs modifie le régime institué en 1968.

Applicable au 1er janvier 2009, elle nécessite, dès à présent, que les établissements sanitaires, médico-sociaux et sociaux ainsi que leurs personnels participent à l'information des personnes accueillies et de leur entourage sur ces régimes juridiques.

- Quels sont les modifications ?
- Les mesures expliquées.
- Pouvoir faire le bon choix.

### P R O G R A M M E

Principes et causes de la protection de justice

- Ce que dit la loi

Les différentes mesures :

- Le mandat de future protection
- La sauvegarde de justice
- La curatelle...

Les différents types de maltraitance

L'obligation alimentaire

Les droits des personnes fragiles

Les droits des patients

La personne de confiance

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 demi-journée

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Les aides

## “ L’AIDANT ET LES PROFESSIONNELS A SON SERVICE ”

### OBJECTIFS

Lorsque l’on devient aidant on est projeté dans le secteur sanitaire et social ; devant faire face à des demandes de dossiers administratifs, ne sachant pas à quels professionnels s’adresser, étant ballotté d’une information à une autre.

Il est pourtant fondamental que la personne aidante et la personne aidée puissent avoir accès aux bonnes aides au bon moment, qu’elles soient accompagnées par les bons professionnels, près de chez elles.

Pour éviter les situations de crises, d’urgences, de détresse, d’isolement, d’épuisement, il est bon de connaître ce qui existe et de pouvoir y faire appel.

De nombreux professionnels : un vrai casse tête !

A quel moment puis-je faire appel à eux ?

Qui d’autre, où trouver de l’information ?

### PROGRAMME

#### Connaitre les professionnels

- Du plus proche au plus éloigné du domicile
- Du public au privé
- Des droits, des devoirs

#### Mais quand les appeler ?

- A quel moment ?
- Pour moi ou pour la personne que j’aide ?
- A quoi servent-ils ?

#### D’autres interlocuteurs ...

- Des associations de santé : sur la maladie
- Des associations d’aidants : sur le vécu

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

**EQUIPE PEDAGOGIQUE :**

Expert de l’accompagnement psycho-social de l’aidant

**PUBLIC :**

• Aidants de proche

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

# Prévention des risques

# Prévention des risques

## "L'AIDANT ET LA PREVENTION DES ACCIDENTS DOMESTIQUES ET DES CHUTES"

### OBJECTIFS

Les chutes ont lieu le plus souvent à domicile et sont fréquemment liées à l'aménagement de la maison.

Les conséquences peuvent être plus ou moins grave.

L'aménagement de l'espace de vie et l'hygiène de vie peuvent aider à prévenir les chutes. Etre informé sur des règles de vie simples permettront à l'aidant d'être plus tranquille.

· Aménager son logement pour faciliter les déplacements en toute sécurité.

· Acquérir les bonnes pratiques afin de prévenir les chutes dans les déplacements accompagnés ou autonomes.

· Favoriser l'autonomie des déplacements grâce à l'optimisation des moyens physiques et techniques.

### PROGRAMME

#### Comment aménager son logement ?

- Circulation dans les pièces du logement
- Les revêtements des sols
- Les points d'appuis
- Les rangements
- L'éclairage
- Le jardin

#### Les chutes :

- Causes
- Blessures
- Conséquences et séquelles

#### Prévenir l'autonomie :

- Identifier les dangers et les changements de comportement
- Prendre soin de son corps (équilibre, soins des pieds, la vue, manger équilibré...)
- Apprendre à se relever en cas de chute

#### Les aides extérieures :

- Les soins à domicile, l'aide ménagère
- La téléassistance
- Les aides techniques

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 demi-journée

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

#### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Prévention des risques

## " L'AIDANT : DETECTER LES SIGNES D'ALERTE DU CHANGEMENT DE L'ETAT DE SANTE DU PROCHE "

### OBJECTIFS

L'Aidant peut ressentir certaines modifications de l'état de santé de la personne dont il a la charge mais n'arrive pas toujours à évaluer la pertinence ou l'urgence de la situation.

Acquérir les moyens de prévenir l'aggravation d'une situation, de rassurer, d'objectiver l'état de santé, de déclencher l'alerte pertinente est l'objectif de cette formation.

Acquérir la sensibilité, le regard, l'observance, qui permet de prévenir les états d'urgence chez la personne dépendante.

### PROGRAMME

Les spécificités de la personne dépendante.

Rappel anatomique et physiologique.

Les paramètres vitaux.

Les constantes des paramètres vitaux.

Quels sont les moyens pour objectiver les signes d'alerte ?

Validation des techniques de mesure.

Evaluation et prévention des risques :

- Les risques cutanés
- Les risques respiratoires
- Les risques digestifs
- Les risques urinaires
- Les risques cardiaques
- Les risques circulatoires
- Les risques neurologiques

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Gérontologue  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

• Aidants de proche

# Prévention des risques

## " L'AIDANT ET LA MANUTENTION DES PERSONNES A MOBILITE REDUITE "

### OBJECTIFS

Etre capable d'identifier les gestes et postures qui peuvent aider aux déplacements des personnes en perte d'autonomie en respectant et en stimulant leur autonomie tout en assurant leur confort et leur sécurité.

- Acquérir les bonnes pratiques de manipulations afin de garantir le confort du couple Aidant/Aidé.
- Prévenir les situations à risques
- Connaître les différents types de matériels
- Savoir dédramatiser les chutes

### PROGRAMME

#### Notion d'anatomie et de physiologie

- L'équilibre
- Se protéger contre les mauvaises postures
- Situations à risque

#### Techniques de manutention :

- Aide à la marche
- Redresser une personne dans un fauteuil
- Redresser une personne dans son lit
- Changement de position dans un lit (sortir de son lit)
- Aider une personne : à s'asseoir ou à se lever de son fauteuil avec ou sans aide
- Monter ou descendre les escaliers ...

#### Les différentes aides techniques :

- Cannes, déambulateur, fauteuil roulant, lève personne ...

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

**EQUIPE PEDAGOGIQUE :**  
Kinésithérapeute

**PUBLIC :**  
• Aidants de proche

**DUREE :** 1 demi-journée

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

# Prévention des risques

## " L' AIDANT ET LA BIEN TRAITANCE : LE ROLE DE L' AIDANT "

### OBJECTIFS

Dans un contexte difficile l' Aidant est souvent seul face à la difficulté de la prise en charge d' un proche.

A quel moment la qualité de prise en charge sur le plan relationnel se modifie t' elle ?

- Se sensibiliser et s' informer sur les risques de maltraitance .
- Identifier les déclencheurs de la maltraitance.
- Installer et définir une pratique.
- Bien traitance pour un accompagnement au long cours de qualité pour le couple Aidant/ Aidé.

### P R O G R A M M E

Prévenir la maltraitance par la bien traitance.

Concept de bien traitance .

Qu' est ce que la maltraitance ?

Les différentes formes de maltraitance.

Les facteurs de risques.

Comment mettre en place la bien traitance ?

- Attitudes, Prévention
- Dépistage, prise en charge
- Que dit la loi ?

Objectiver la bien traitance.

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Cadre médico social - Psycho G érontologue  
Infirmière conseillère en g érontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

- Aidants de proche

# Prévention des risques

## " L'AIDANT : ROLE ET RESPONSABILITE DANS LA PRISE DE MEDICAMENTS "

### OBJECTIFS

La réglementation sur la préparation et la distribution des médicaments à domicile est extrêmement précise.

Très souvent l'aidant est confronté à la préparation et à la distribution des médicaments, il doit acquérir les compétences nécessaires.

- Quels sont les rôles ?
- Quels sont les risques ?

- Respect de la réglementation.

- Mesurer les risques d'automédication.

- Etre capable d'évaluer la qualité de la prise et de l'absorption des médicaments.

- Evaluer les risques et prévenir les accidents.

### PROGRAMME

La réglementation et les responsabilités en matière de préparation et de prise des médicaments

Les différentes classes de médicaments

Les différentes formes de médicaments

Les problèmes fréquents liés à la prise de médicaments

La prise des médicaments et sa surveillance

L'absorption des médicaments et leurs effets secondaires

Préventions des erreurs courantes

Le bon stockage des médicaments

- ▶ Présentation théorique, ateliers
- ▶ Diaporama, support vidéo
- ▶ Analyse de situations, tables rondes

Livret pédagogique et assistance post-formation compris

**DATES / TARIFS :** Nous consulter.

### EQUIPE PEDAGOGIQUE :

Pharmacienne  
Infirmière conseillère en gérontologie

**DUREE :** 1 jour ou 2 demi-journées

**LIEU :** Bergerac  
Inter et intra

### PUBLIC :

• Aidants de proche



