



CAHIER DES CHARGES : « L'Equilibre, où en êtes-vous ?[©] »

FORMATION DES AIDANTS D'ATELIER EQUILIBRE

« L'Equilibre au Quotidien »

1. PROBLEMATIQUE :

a. Situation :

La chute est la première cause de mortalité et de morbidité des personnes de plus de 55 ans.

Le maintien et la réhabilitation de la fonction d'équilibration sont primordiaux pour diminuer le risque de chute et l'impact psychologique de celle-ci lorsqu'elle se produit.

b. But :

Former des personnes aptes à proposer des gestes et exercices simples au quotidien et à assister l'animateur des Ateliers Equilibre en vue du maintien de l'autonomie ou de sa réhabilitation.

2. POPULATION CONCERNEE

Toute personne ayant une formation initiale qui lui permettra d'assumer cette fonction ou ayant dans son entourage une personne âgée dont elle s'occupe.

L'aidant propose des gestes et exercices simples au quotidien et assiste l'animateur d'ateliers.

Pré-requis :

Les futurs stagiaires devront attester d'une formation initiale de niveau V (ex. BEP – CAF – CAFAD – CAFAS - DEAVS – BAPAAT...) en relation avec les publics âgés, ou de leur accompagnement auprès de personnes âgées.

3. OBJECTIFS DE LA FORMATION

L'aidant seconde l'animateur lors du passage des tests et au cours des séances d'exercices.

Il n'est pas habilité à encadrer en responsabilité un Atelier Equilibre.

Il rend compte de son action auprès du comité de pilotage régional.

Il accepte la supervision mise en place dans son département ou sa région.

A travers 5 Objectifs Terminaux d'Intégration (OTI), les aidants sont capables de :

a. Vivre des situations pratiques spécifiques « Atelier Equilibre » :

- Enrichir son vécu moteur dans le champ « Atelier Equilibre »
- Lui donner un sens

b. Situer les Ateliers Equilibre dans leur contexte :

- Positionner les Ateliers Equilibre par rapport aux différentes structures d'accueil
- Savoir transposer les acquis de l'Atelier Equilibre dans les activités de la vie quotidienne

c. Assumer son rôle de personne ressource « Atelier Equilibre » dans son environnement :

- Maîtriser les outils promotionnels
- Connaître les personnes ressources et les partenaires de proximité

d. Connaître les facteurs de risques des chutes :

- Liés à l'environnement
- Liés à la personne

e. Seconder l'animateur :

- Participer à la mise en place matérielle de l'Atelier Equilibre
- Aider et faciliter la mise en place des situations de travail proposées par l'animateur
- Inciter à pratiquer au quotidien les exercices individualisés

4. CONTENU DE LA FORMATION

a. Pratique personnelle et réflexion sur cette pratique :

- Vécu de situations pratiques spécifiques à la prévention des chutes
- Réflexion et classification des exercices

b. L' Atelier Equilibre :

- Organisation matérielle des tests et de l'atelier
- Déroulement de l'atelier
- Connaissance du groupe de pratiquants, son évolution et ses motivations
- Le matériel « atelier » et son utilisation
- Les fiches d'exercices distribuées en fin d'Atelier Equilibre et leur usage au quotidien

c. Communication :

- Les outils pour inciter et encourager la personne âgée à participer
- Les différents supports promotionnels des Ateliers Equilibre
- Les interlocuteurs de sa structure d'accueil
- Le travail en équipe

d. Connaissance de la personne âgée :

- Les facteurs qui favorisent la chute
- Les signes de fatigue et de refus du public
- Les recommandations d'aménagement des lieux de vie
- Les rythmes de vie du public
- Le vieillissement de la fonction d'équilibration
- L'approche psychologique de la personne âgée
- La communication avec la personne âgée

e. Prévention au quotidien :

- L'aménagement de l'habitat des personnes âgées
- L'hygiène de vie (alimentation, activité physique et cérébrale, sommeil, bon usage du médicament, etc...)
- Le maintien et le développement du lien social

5. MODALITES DE LA FORMATION

A - Méthode :

- Interventions de professionnels de la santé et de l'activité physique adaptée
- Travail en groupe avec alternance d'exposés théoriques et d'applications pratiques par des exercices physiques organisés en modules thématiques
- Travail personnel du stagiaire sur son expérience et mise en pratique des acquis aboutissant à un bilan individualisé
- Suivi pédagogique dans la structure pendant le 2^{ème} module

B - Organisation de la formation :

a. Actes de candidature et inscription :

Les dossiers de candidature sont instruits par l'organisme de formation professionnelle délégataire de la formation Atelier Equilibre.

Cet organisme vérifie les pré-requis, suit les dossiers administratifs et financiers, établit les conventions et/ou les contrats de formation.

b. Détails de l'organisation :

Formation en alternance :

- ➔ 1^{er} module en centre de formation : 2 jours consécutifs
- ➔ 2^{ème} module en situation au sein d'une structure
- ➔ 3^{ème} module en centre de formation (si atelier réalisé) : 2 jours consécutifs

c. Organisme de formation :

La FFEPGV (Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire) est délégataire de la formation. Les comités régionaux EPGV ont la responsabilité de la mise en œuvre des modalités d'organisation.

- Conditions d'encadrement :

La direction et l'encadrement de la formation sont assurés par les membres des Equipes Techniques Régionales habilitées par le Cadre Technique Régional, les partenaires du Comité de Pilotage.

- Conditions matérielles :

L'organisme de formation met à la disposition des stagiaires les moyens matériels nécessaires au bon déroulement de la formation en prenant en compte la spécificité du matériel à utiliser.

6. DOCUMENTS DE VALIDATION

- Une attestation de présence sera délivrée à l'issue des 1^{er} et 3^{ème} modules en centre de formation.
- Un certificat de formation aidant d'Atelier Equilibre sera délivré à l'issue des 3 modules de formation aux stagiaires qui auront rempli les conditions suivantes :
 - 1) Etre présent et participer activement à tous les modules de la formation
 - 2) Transmettre avant le début du 3^{ème} module un bilan de l'action réalisée.

