

Prévenir la perte d'autonomie par l'activité physique en utilisant Actiduo

Date de mise à jour : 26/09/2024



Compétences visées

- Comprendre l'importance du lien humain pour promouvoir la santé psycho-sociale du bénéficiaire
- Animer une séance d'activités physiques simples et médiée par un outil numérique
- Maîtriser l'usage de l'application «Actiduo»

Objectifs pédagogiques

Développer la capacité à créer du lien social comme source de bien-être et de motivation à l'activité

Savoir encadrer des séances d'activités physiques simples avec Actiduo en assurant la sécurité du bénéficiaire

Comprendre l'intérêt de l'activité physique pour prévenir la perte d'autonomie

Modalités

-  **DURÉE** : 1 journée de 7h00
-  **PUBLIC** : Aide soignant.e, IDE, AES, ASH, EAPA, animateur.trice...
Tout.e professionnel.le pouvant être amené.e à réaliser une activité physique simple partagée (marche...)
-  **GROUPE** : intra / inter
Groupe de 6 à 12 participants
-  **FORMATEUR** : formateur.trice spécialisé.e en activités physiques adaptées (Kin., EAPA, psychomotricien.ne,...)
-  **PRÉ-REQUIS** : aucun
-  **TARIF** : Devis sur demande

Méthodes et outils pédagogiques

Formation présentielle

Jeux de rôle

Outils d'intelligence collective



Formation-action utilisant

scenésens

le simulateur de vieillissement de **ReSanté-Vous**



Accessibilité

Pour toute information concernant l'accessibilité de la formation aux personnes en situation de handicap, merci de contacter notre équipe, pour définir les adaptations, les aménagements et/ou orientations nécessaires, afin de garantir un accueil dans les meilleures conditions.

Délai d'accès

À définir avec notre équipe.

Sur la base d'une pédagogie active, l'action de formation s'articule entre **pratique** et **théorie** afin d'apporter aux professionnels des connaissances, des temps d'échanges et des **conseils pratiques**.



Module 1 - Créer du lien, des besoins de la personne à l'activité

- Représentations sur l'usage du numérique
- La place du lien dans le quotidien professionnel des aidants
- Porter un regard capacitaire sur la personne
- L'importance de l'activité partagée et porteuse de sens

Module 2 - Formes et bienfaits de l'activité physique

- Mise en situation pour ressentir l'activité chez la personne âgée
- Modalité et sécurité d'une séance d'activité physique avec Actiduo
- Bénéfices individuels et bienfaits généraux

Module 3 - Usage de l'application "Actiduo"

- Prise en main et fonctionnalités de l'application (profil...)
- Ludification et progression (défi, matériels pédagogiques...)
- Réalisation d'une séance complète d'activité avec matériels

Modalités d'évaluation et de validation de la formation

L'évaluation des acquis s'effectue tout au long de la formation, à partir d'exercices pratiques, de temps d'échanges dans le groupe, ainsi que d'une **auto-évaluation** en fin de formation.

L'évaluation de la satisfaction générale des participants est réalisée en fin de formation, via un **questionnaire de satisfaction**.

Chaque stagiaire ayant suivi la totalité de l'action reçoit un **certification de réalisation**.

De plus, notre formateur établit un **bilan de fin de formation**, reprenant les points clés abordés, ainsi que des recommandations pour vous assurer de la durabilité des apports de la formation.