



NOS FORMATIONS INTER

2024

SERVICES D'AIDE ET DE SOINS A DOMICILE

SERVICES AUTONOMIE



 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivante : **action de formation**



*ARFEGE - Immeuble LE KARRÉ. 2 rue Maurice MOISSONNIER 69120 VAULX- EN-VELIN
Tél. 04 78 14 51 16 Mail : contact@arfege.fr*

www.arfege.fr

ARFEGE vous présente son offre de stages-inter 2024 destinée aux professionnels du domicile.

Notre ambition est **d'accompagner le secteur du domicile dans sa démarche d'amélioration de la qualité des prestations** pour l'accompagnement des personnes vulnérables et de leurs proches aidants.

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Une formation notre catalogue vous intéresse ? Vous souhaitez inscrire un ou plusieurs de vos salariés ?

1. Inscrivez les participants à la formation de votre choix en utilisant le bulletin d'inscription.
2. Une confirmation d'inscription vous est adressée, donnant toutes les indications utiles concernant les dates, le lieu et le déroulement du stage.
3. Les inscriptions sont prises dans l'ordre de leur arrivée.
4. Si le nombre des inscriptions est trop élevé, une option est enregistrée sur la prochaine formation identique. Si au contraire, le nombre des inscriptions est insuffisant, les dates du stage pourront être reportées ou même annulées.
5. En règle générale, la confirmation de la tenue ou de l'annulation d'un stage vous est adressée par mail 3 semaines avant le démarrage de la formation.
6. Une convocation à remettre aux salariés que vous avez inscrit vous est adressée une semaine avant le début du stage.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Vous souhaitez inscrire un(e) salarié(e) en situation de handicap ou présentant un problème de santé ayant besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation dans les meilleures conditions ? Contactez-nous.

Notre référent handicap étudiera avec vous les solutions pour vous accueillir dans les meilleures conditions possibles.

MODALITES D'EVALUATION

1. Les attentes des participants sont recueillies au début de la formation.
2. Une évaluation individuelle de la satisfaction des participants est réalisée au regard de leurs attentes initiales. Elle est réalisée par le biais d'un questionnaire individuel qui sera transmis par nos soins aux stagiaires en fin de session.
3. Une synthèse des questionnaires est adressée au responsable de formation.
4. Une auto-évaluation collective des acquis de la formation est réalisée en fin de formation.
5. Une synthèse de cette auto-évaluation est adressée au responsable formation du service.

FORMATIONS INTER - CALENDRIER 2024

Formations destinées aux intervenants à domicile – 1^{er} semestre						
	<i>DURÉE</i>	<i>FEVRIER</i>	<i>MARS</i>	<i>AVRIL</i>	<i>MAI</i>	<i>JUIN</i>
L'AIDE A LA TOILETTE	2 jours	Mardi 06 & mercredi 07		Mardi 09 & mercredi 10		
LA MOBILISATION DES PERSONNES DÉPENDANTES OU A MOBILITÉ RÉDUITE	2 jours		Mardi 12 & mercredi 13			Mercredi 5 & jeudi 6 juin
LA MOBILISATION DES PERSONNES : rappel des gestes et techniques	1 jour			Jeudi 4		Mardi 25
LE POSITIONNEMENT PROFESSIONNEL DES AIDES A DOMICILE	1 jour		Mardi 5			Jeudi 13
PROMOUVOIR LA BIENTRAITANCE ET PREVENIR LA MALTRAITANCE A DOMICILE	1 jour	Jeudi 15			Jeudi 16	
LA PREVENTION DES CHUTES DES PERSONNES ÂGÉES À DOMICILE	1 jour			Vendredi 5		Lundi 24
ACCOMPAGNER À DOMICILE LES PERSONNES ATTEINTES DE LA MALADIE DE PARKINSON	2 jours		Mercredi 20 & jeudi 21			Mercredi 19 & jeudi 20
LA GESTION DU STRESS EN MILIEU PROFESSIONNEL	2 jours		Jeudi 7 & jeudi 14			

2nd semestre					
	<i>DURÉE</i>	<i>SEPTEMBRE</i>	<i>OCTOBRE</i>	<i>NOVEMBRE</i>	<i>DECEMBRE</i>
L'AIDE A LA TOILETTE	2 jours		Mardi 1 ^{er} & mercredi 2		Mardi 3 & mercredi 4
LA MOBILISATION DES PERSONNES DÉPENDANTES OU A MOBILITÉ RÉDUITE	2 jours	Mercredi 25 & jeudi 26		Mercredi 20 & jeudi 21	
LA MOBILISATION DES PERSONNES : rappel des gestes et techniques	1 jour	Jeudi 19		Jeudi 7	
LE POSITIONNEMENT PROFESSIONNEL DES AIDES A DOMICILE	1 jour		Jeudi 17		Jeudi 5
PROMOUVOIR LA BIENTRAITANCE ET PREVENIR LA MALTRAITANCE A DOMICILE	1 jour		Jeudi 10	Jeudi 28	

1. L'AIDE A LA TOILETTE

Public concerné

Aides à domicile peu expérimentés et non-qualifiés.

Prérequis

Aucun.

Formatrice

Pascale VERISSEL

Infirmière spécialisée dans les métiers d'aide et de soins à domicile.

Durée

14 heures en face à face pédagogique

2 jours

Lieu

ARFEGE

Vaulx-en-Velin

Dates 2024

Session 1 :

Mardi 06 & mercredi 07 février

Session 2 :

Mardi 09 & mercredi 10 avril

Session 3 :

Mardi 1^{er} & mercredi 2 octobre

Session 4 :

Mardi 3 & mercredi 4 décembre

Coût

370 € / participant

Contexte

L'aide à la toilette, l'aide à l'habillage et les transferts sont des actes que les aides à domicile doivent effectuer en respectant les bonnes règles de sécurité et d'hygiène dans les limites de leurs compétences, en faisant preuve de solides compétences relationnelles pour s'engager avec la personne aidée dans une relation d'aide efficace et respectueuse.

Objectifs

1. **Évaluer le rapport des personnes aidées à l'hygiène corporelle.**
2. **Différencier l'aide à la toilette et la toilette médicalisée et connaître les limites de compétence de l'aide à domicile.**
3. **Pratiquer l'aide à la toilette, utiliser les techniques et les soins spécifiques à l'hygiène corporelle de la personne.**
4. **Savoir utiliser le matériel médical disponible au domicile de l'usager.**

Programme

- ⇒ **L'hygiène corporelle ou « pourquoi être propre ? »**
 - L'hygiène : une « norme sociale » et culturelle.
 - La dimension subjective de la propreté, le lien avec l'image de soi.
 - Le rôle sanitaire de la propreté.
- ⇒ **La relation à l'autre**
 - Les craintes et appréhensions des aides à domicile face à la nudité, au corps de la personne aidée.
 - La communication (le verbal, le regard, le toucher).
 - La bientraitance dans la relation (respect, intimité, pudeur).
- ⇒ **Connaître les limites de la profession.**
 - Différencier « aide à la toilette », acte de la vie quotidienne et « soin d'hygiène », acte du rôle propre de l'infirmière. Les limites réglementaires.
- ⇒ **Les techniques d'hygiène**
 - Hygiène des mains aidant/aidé (Technique/Procédure/Matériel)
 - Techniques d'hygiène (au lavabo, dans la douche).
- ⇒ **La pratique de l'aide à la toilette** (comprenant les techniques de manipulations pour l'habillage/déshabillage et la mobilisation/installation selon la pathologie et/ou le handicap).
- ⇒ **La réalisation d'une toilette au lit** et les techniques de mobilisation adaptées. Les aides techniques facilitant la mobilisation des personnes.
- ⇒ **L'utilisation du matériel médical.**
 - Exercices et démonstration de l'utilisation du lit médicalisé, du lève-malade, du verticalisateur, du fauteuil roulant.
 - Les bonnes positions et les mouvements favorables évitant les risques d'accidents vertébraux et la fatigue corporelle liés aux transferts des personnes dépendantes.

Méthodes pédagogiques

Exposés théoriques

Illustrations pratiques, études de cas

Expérimentation et échanges

2. MOBILISATION DES PERSONNES DÉPENDANTES OU EN SITUATION DE HANDICAP

<p>Public concerné Intervenants à domicile dont le travail comporte une activité physique contraignante, notamment des manutentions de personnes dépendantes ou à mobilité réduite.</p> <p>Prérequis Aucun.</p> <p>Formatrice Samia CHAIBEDRAA Ergothérapeute Formatrice en manutention des personnes à mobilité réduite, Formatrice PRAP 2S-ALM Formatrice SST</p> <p>Durée 14 heures en face à face pédagogique 2 jours</p> <p>Lieu ARFEGE Vaulx-en-Velin</p> <p>Dates 2024</p> <p>Session 1 : Mardi 12 & mercredi 13 mars</p> <p>Session 2 : Mercredi 5 & jeudi 6 Juin</p> <p>Session 3 : Mercredi 25 & jeudi 26 septembre</p> <p>Session 4 : Mercredi 20 & jeudi 21 novembre</p> <p>Coût 370 € / participant</p>	<p>Contexte <i>Au domicile, les professionnels sont le plus souvent seuls pour effectuer les transferts et la mobilisation des personnes dépendantes. Les risques de faire mal à l'usager et de se faire mal sont importants, et les conditions matérielles ne sont pas toujours idéales sur le plan ergonomique. Effectuer ces gestes dans de bonnes conditions nécessite une juste appréciation des risques et la connaissance des bonnes postures.</i></p> <p>Objectifs</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Appliquer une gestuelle répondant aux exigences fortes de votre activité, notamment en matière de fatigue et de mal au dos. 2. Pratiquer les gestes d'une technique de manutention sécuritaire, simple et adaptée aux capacités de l'usager. 3. Pratiquer les techniques qui préservent et stimulent les capacités psychomotrices et cognitives des personnes, permettant de maintenir leur indépendance et leur autonomie. 4. Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie gestuelle pertinents en fonction de la situation de travail. 5. Travailler sur l'organisation des manutentions manuelles : repérer, analyser les manutentions manuelles, puis rechercher des solutions en vue d'améliorer la sécurité et le confort de la personne aidée et les conditions de travail des professionnels intervenants. <p>Programme</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Connaissances sur la mécanique humaine, notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les Troubles Musculo-Squelettiques du membre supérieur ▪ Les Troubles Musculo-Squelettiques du dos ⇒ Les principes de sécurité physique et d'économie gestuelle ⇒ La mise en œuvre d'un accompagnement en prenant soin de la personne aidée et de soi <ul style="list-style-type: none"> ▪ Le positionnement de l'accompagnant au regard du déplacement ⇒ Apprentissage de l'utilisation conforme du matériel adapté aux personnes dépendantes ou à mobilité réduite : Exercices pratiques et mises en situation avec le matériel médical utilisé à domicile : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lit médicalisé ▪ Lève-personne/sangles ▪ Verticalisateur/guidon de transfert ▪ Fauteuil roulant <p>Méthodes pédagogiques</p> <p>Exposés théoriques Illustrations pratiques, études de cas Expérimentation et échanges</p>
--	---

3. MOBILISATION DES PERSONNES : RAPPEL DES GESTES ET TECHNIQUES

<p>Public concerné Intervenants à domicile dont le travail comporte une activité physique contraignante, notamment des manutentions de personnes dépendantes ou à mobilité réduite.</p> <p>Prérequis Avoir déjà suivi une formation sur les techniques de mobilisation.</p> <p>Formatrice Samia CHAIBEDRAA Ergothérapeute Formatrice en manutention des personnes à mobilité réduite, Formatrice PRAP 2S-ALM Formatrice SST</p> <p>Durée 7 heures en face à face pédagogique 1 jour</p> <p>Lieu ARFEGE Vaulx-en-Velin</p> <p>Dates 2024</p> <p>Session 1 : <i>Jeudi 04 avril</i></p> <p>Session 2 : <i>Mardi 25 juin</i></p> <p>Session 3 : <i>Jeudi 19 septembre</i></p> <p>Session 4 : <i>Jeudi 7 novembre</i></p> <p>Coût 190 € / participant</p>	<p>Contexte <i>Au domicile, les professionnels sont le plus souvent seuls pour effectuer les transferts et la mobilisation des personnes dépendantes. Les risques de faire mal à l'usager et de se faire mal sont importants, et les conditions matérielles ne sont pas toujours idéales sur le plan ergonomique. Effectuer ces gestes dans de bonnes conditions nécessite une juste appréciation des risques et la connaissance des bonnes postures.</i></p> <p>Objectifs</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pratiquer les gestes d'une technique de manutention sécuritaire, simple et adaptée avec ou sans matériel. 2. Pratiquer les techniques qui préservent et stimulent les capacités psychomotrices et cognitives des personnes, permettant de maintenir leur indépendance et leur autonomie. 3. Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie gestuelle pertinents en fonction de la situation de travail. <p>Programme</p> <p>⇒ Manutention autour du patient et pratique autour du fauteuil et du lit :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Exercices pratiques avec personne non participante et avec personne participante. <p>⇒ Pratiques avec les aides techniques à la manutention :</p> <p>Exercices pratiques et mises en situation avec le matériel médical utilisé à domicile :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lit médicalisé ▪ Lève-personne/sangles ▪ Verticalisateur/guidon de transfert ▪ Fauteuil roulant ▪ Exercices pratiques avec personne non participante et avec personne participante. <p>Méthodes pédagogiques Exposés théoriques Illustrations pratiques, études de cas Expérimentation et échanges</p>
--	---

4. LE POSITIONNEMENT PROFESSIONNEL DES AIDES À DOMICILE

<p>Public concerné Aides à domicile</p> <p>Prérequis Aucun.</p> <p>Formateur Nicolas DANIEL Psychologue spécialisé dans les métiers d'aide et de soins à domicile</p> <p>Durée 7 heures en face à face pédagogique 1 jour</p> <p>Lieu ARFEGE Vaulx-en-Velin</p> <p>Dates 2024</p> <p>Session 1 : Mardi 05 mars</p> <p>Session 2 : Jeudi 13 juin</p> <p>Session 3 : Jeudi 17 octobre</p> <p>Session 4 : Jeudi 05 décembre</p> <p>Coût 165 € / participant</p>	<p>Contexte <i>Les aides à domicile doivent construire une relation professionnelle avec les usagers, leurs aidants, leur service et les partenaires. L'objectif de cette formation est de permettre aux aides à domicile de comprendre par quelle attitude et par quelles méthodes de travail se construit le positionnement professionnel.</i></p> <p>Objectifs</p> <ol style="list-style-type: none">1. Identifier les marqueurs du positionnement professionnel2. Démarrer et conclure une intervention à domicile3. Situer leur place dans la relation avec la famille de la personne aidée4. Situer leur place dans la relation avec les partenaires <p>Programme</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Travail collectif sur la définition du positionnement professionnel⇒ Les marqueurs du positionnement professionnel<ul style="list-style-type: none">▪ Le respect de la personne : la façon de s'adresser à elle, les attitudes à proscrire.▪ Le respect de son intimité et de l'intimité de son domicile▪ Le respect de ses opinions et de ses croyances▪ La discrétion et le respect du secret professionnel▪ La capacité à expliquer son travail, son organisation▪ La capacité à savoir se situer dans les relations intrafamiliales⇒ Savoir démarrer une intervention chez un particulier à domicile<ul style="list-style-type: none">▪ La prise de contact lors d'une première intervention▪ Faire référence au plan d'aide et à la fiche mission▪ Prendre connaissance du cahier de liaison lorsqu'il est mis en place▪ Recueillir les attentes de la personne▪ Clarifier l'organisation de la prestation en fonction de la durée de l'intervention▪ Respecter l'intimité du domicile▪ Les erreurs à éviter⇒ Savoir terminer une intervention<ul style="list-style-type: none">▪ La gestion du temps et des 10 dernières minutes▪ Faire le point avec la personne sur la prestation▪ Avant de partir : les points de vigilance et les erreurs à éviter⇒ Le positionnement professionnel vis-à-vis de la famille de la personne aidée<ul style="list-style-type: none">▪ La relation avec le conjoint▪ La relation avec les enfants⇒ Le positionnement professionnel avec les partenaires du service<ul style="list-style-type: none">▪ Quelle est la place de l'aide à domicile dans le réseau du maintien à domicile ?▪ Le respect des limites de compétences de chaque professionnel▪ Les erreurs à éviter <p>Méthodes pédagogiques Méthodes participatives Exposés théoriques Partage d'expérience</p>
---	---

5. PROMOUVOIR LA BIENTRAITANCE ET PREVENIR LA MALTRAITANCE A DOMICILE

<p>Public concerné Aides à domicile</p> <p>Prérequis Aucun.</p> <p>Formatrice Adélaïde CABROL Psychologue spécialisé dans les métiers d'aide et de soins à domicile</p> <p>Durée 7 heures en face à face pédagogique 1 jour</p> <p>Lieu ARFEGE Vaulx-en-Velin</p> <p>Dates 2024</p> <p>Session 1 : Jeudi 15 février</p> <p>Session 2 : Jeudi 16 mai</p> <p>Session 3 : Jeudi 10 octobre</p> <p>Session 4 : Jeudi 28 novembre</p> <p>Coût 165 € / participant</p>	<p>Contexte</p> <p>La prévention de la maltraitance des personnes vulnérables est devenue un enjeu de politique nationale qui repose notamment sur les services d'aide à domicile.</p> <p>Les intervenants à domicile doivent être sensibilisés à cette politique et doivent connaître les obligations prévues par les textes.</p> <p>Cette formation vise à clarifier les notions de maltraitance et de bientraitance, à clarifier les responsabilités des professionnels et à les engager dans une démarche réflexive sur le sens de leurs pratiques</p> <hr/> <p>Objectifs</p> <ol style="list-style-type: none"> Connaître les formes de maltraitance pouvant être observées chez les personnes âgées à domicile. Savoir quelle attitude adopter et quelles informations partager avec la hiérarchie secteur en cas de suspicion de maltraitance. Comprendre la notion de bientraitance. Décliner les principales pratiques et attitudes relevant de la bientraitance dans l'exercice de son métier. <hr/> <p>Programme</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ La maltraitance <ul style="list-style-type: none"> ▪ Définition de la maltraitance <ul style="list-style-type: none"> - Les différentes formes de maltraitance : la classification internationale - Les facteurs de risque en milieu familial ▪ Repérer les signes et indices de maltraitance ⇒ Que faire lorsqu'on suspecte ou qu'on constate un fait de maltraitance ? <ul style="list-style-type: none"> ▪ La notion de signalement <ul style="list-style-type: none"> - Ce que dit la loi. Les obligations des professionnels. - Les erreurs à ne pas commettre ▪ Le traitement des signalements de maltraitance ⇒ La bientraitance <ul style="list-style-type: none"> ▪ Le contexte actuel de la promotion de la bientraitance ▪ Les principes d'une dynamique de bientraitance <ul style="list-style-type: none"> - Le respect d'autrui. - L'adaptation à la personne : la prise en compte des besoins, des désirs. - L'accompagnement vers l'autonomie. - La reconnaissance de l'utilisateur « acteur » de sa prise en charge. - La dimension éthique. ▪ Les prérequis de la bientraitance <ul style="list-style-type: none"> - La connaissance de la personne. - Le respect inconditionnel et une réelle reconnaissance. ⇒ Appliquer une démarche de bientraitance dans l'accompagnement des personnes. Les déclinaisons concrètes d'une attitude bientraitante dans les domaines suivants : <ul style="list-style-type: none"> ▪ L'attitude professionnelle. ▪ Respect de la personne, de sa dignité, de sa singularité. ▪ Recherche et prise en compte de l'expression de la personne aidée. ▪ Le positionnement professionnel dans les relations avec les aidants familiaux. <hr/> <p>Méthodes pédagogiques</p> <p>Méthodes participatives Exposés théoriques Partage d'expérience</p>
---	--

6. LA PREVENTION DES CHUTES DES PERSONNES ÂGÉES À DOMICILE

<p>Public concerné Aides à domicile, responsables de secteur</p> <p>Prérequis Aucun</p> <p>Formatrice Samia CHAIBEDRAA Ergothérapeute Formatrice en manutention des personnes à mobilité réduite, Formatrice PRAP 2S-ALM Formatrice SST</p> <p>Durée 7 heures en face à face pédagogique 1 jour</p> <p>Lieu ARFEGE Vaulx-en-Velin</p> <p>Dates 2024 Session 1 : Vendredi 5 avril Session 2 : Lundi 24 juin</p> <p>Coût 165 € / participant</p>	<p>Contexte Au domicile, les professionnels sont confrontés à diverses situations pour accompagner les personnes dépendantes dans leurs activités quotidiennes. Le risque de chute de la personne âgée est important durant toutes ces activités mais également quand elle est seule. Le risque de chute à domicile est une réelle source de préoccupations. Effectuer un accompagnement dans de bonnes conditions nécessite une juste appréciation du risque de chute et une mise en place d'une prévention du lieu de vie afin de prévenir les accidents.</p> <p>Objectifs 1. Identifier les causes et les facteurs de chute intrinsèques à la personne accompagnée et à son environnement, 2. Estimer les conséquences physiques, psychiques et sociales des chutes chez la personne âgée 3. Repérer les signes d'alerte avant chute 4. Mettre en œuvre des actions préventives pour pallier au risque de chute</p> <p>Programme ⇒ La chute : définition, épidémiologie, statistique ⇒ Les différentes catégories de chute ⇒ Les facteurs de risque lié à l'âge ⇒ Les facteurs de risque extrinsèques : environnement personnel et urbain ⇒ Les conséquences des chutes pour la personne âgée elle-même et pour son entourage ⇒ La prévention du risque ⇒ L'évaluation du risque ⇒ Les signes précurseurs de récurrence de chute ⇒ Les outils de prévention ⇒ Conduite à tenir en cas de chute au domicile</p> <p>Méthodes pédagogiques Formation est basée sur l'utilisation de méthodes interactives, qui visent à favoriser chez les participants des allers-retours permanents entre leurs savoirs, leur expérience, leurs capacités d'analyse et les apports théoriques du formateur. - Exposés théoriques - Illustrations pratiques, études de cas - Exercices, expérimentation et échanges</p>
--	---

7. ACCOMPAGNER À DOMICILE LES PERSONNES ATTEINTES DE LA MALADIE DE PARKINSON

<p>Public concerné Aides à domicile, responsables de secteur</p> <p>Prérequis Aucun</p> <p>Formatrice Samia CHAIBEDRAA Ergothérapeute Formatrice en manutention des personnes à mobilité réduite, Formatrice PRAP 2S-ALM Formatrice SST</p> <p>Durée 14 heures en face à face pédagogique 2 jours</p> <p>Lieu ARFEGE Vaulx-en-Velin</p> <p>Dates 2024 Session 1 : Mercredi 20 & jeudi 21 mars Session 2 : Mercredi 19 & jeudi 20 juin</p> <p>Coût 330 € / participant</p>	<p>Contexte <i>Au domicile, les professionnels sont confrontés à diverses situations pour accompagner les personnes atteintes de la maladie de Parkinson dans leurs activités quotidiennes. Les spécificités de cette maladie impliquent un ajustement quotidien de l'accompagnement. Sans connaissance des symptômes et sans mise en œuvre d'une approche relationnelle adaptée, le quotidien au domicile devient très vite complexe pour le bénéficiaire, pour l'entourage et pour le professionnel.</i></p> <p>Objectifs</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identifier les symptômes de la maladie de Parkinson et mesurer l'incidence sur les actes du quotidien de la personne accompagnée, 2. Mettre en œuvre un accompagnement adapté à la situation clinique de la personne accompagnée 3. Reconnaître les fluctuations et les effets indésirables dus aux traitements médicamenteux savoir les signaler 4. Mesurer l'impact de certains troubles dans l'accompagnement : troubles du sommeil, troubles de la communication, troubles cognitifs... <p>Programme</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Compréhension de la maladie de Parkinson : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les connaissances sur les caractéristiques et la physiopathologie de la maladie de Parkinson ▪ Les symptômes et l'évolution de la pathologie ▪ Les différents traitements médicamenteux et non médicamenteux ⇒ Accompagnement de la personne atteinte de la maladie de Parkinson et de son entourage <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les techniques d'accompagnement relationnel selon les fluctuations des symptômes durant les actes de la vie quotidienne : lever, toilette, repas, soins de nursing, déplacements... ⇒ Accompagnement de l'entourage dans leur difficulté au quotidien <ul style="list-style-type: none"> ▪ La relation de confiance et de collaboration avec la personne accompagnée et son entourage : écoute, conseils et préconisations pour assurer un accompagnement de qualité <p>Méthodes pédagogiques</p> <p>Formation est basée sur l'utilisation de méthodes interactives, qui visent à favoriser chez les participants des allers-retours permanents entre leurs savoirs, leur expérience, leurs capacités d'analyse et les apports théoriques du formateur.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exposés théoriques - Illustrations pratiques, études de cas - Expérimentation et échanges
---	---

8. LA GESTION DU STRESS EN MILIEU PROFESSIONNEL

Public concerné

Assistants et responsables de secteur travaillant dans un service d'aide et d'accompagnement à domicile.

Prérequis

Aucun

Formatrice

Pascale VERISSEL

Infirmière spécialisée dans les métiers d'aide et de soins à domicile.

Durée

14 heures en face à face pédagogique
2 jours

Lieu

ARFEGE
Vaulx-en-Velin

Dates 2024

Session unique :
Jeudi 7 & jeudi 14 mars

Coût

420 € / participant

Contexte

Pour les assistants et responsables de secteur, les contraintes augmentent avec la conjoncture et les événements actuels. L'autonomie et l'adaptation sont mises à l'épreuve dans ce contexte qui demande réactivité face à la gestion des urgences quotidiennes. La charge mentale est très forte, les pressions sont multiples, le temps est toujours compté. L'objectif de cette formation est d'améliorer la qualité de vie au travail et ses relations interpersonnelles, et de prévenir les risques psycho-sociaux par une meilleure gestion du stress en situation professionnelle.

Objectifs

1. Connaître l'importance du stress, ses manifestations et les mécanismes d'adaptation
2. Identifier les tensions et les contextes
3. Savoir utiliser des outils en action directe pour réactiver son énergie et ses ressources propres
4. Apprendre à créer et maintenir en soi un espace de sécurité et de confiance

Programme

- ⇒ **L'importance du stress, ses signes visibles et les mécanismes de réaction face à celui-ci**
 - Définition et fonction du stress
 - Échelle de stress : comment évaluer son niveau de stress au travail
 - Les moyens mis en œuvre pour la gestion du stress
- ⇒ **Apprendre à se détendre grâce à des techniques de relaxation, développer sa qualité de présence et de concentration, revenir à soi pour être plus disponible à l'autre**
 - Définition de la sophrologie
 - Les techniques de la sophrologie : relaxation, respiration, visualisation
 - Mise en pratique d'exercices de sophrologie
 - Techniques anti-stress express (cohérence cardiaque)
- ⇒ **S'approprier des techniques anti-stress à pratiquer au travail et chez soi**
 - Relaxation dynamique : associer dynamisme et détente par des exercices simples en position debout et assise
 - Exercice de sophro déplacement du négatif
 - Apprendre à neutraliser les émotions difficiles par les techniques d'ancrage
 - Activation d'une image neutre pour retrouver le calme mental
- ⇒ **Retrouver son énergie et un meilleur équilibre émotionnel, avoir plus de sérénité devant les défis quotidiens**
 - Créer une zone de confort apaisante
 - Mise en pratique des méthodes en fonction des situations professionnelles vécues au quotidien
 - Synthèse de tous les outils proposés et participation collégiale pour une mise en place d'une boîte à outils pratique ,efficace.

Suivi individuel à la fin du cursus de formation.

Afin d'ancrer au quotidien et d'approfondir la pratique des stagiaires, nous proposons un **suivi individuel de 45 minutes en distanciel** pour apporter un coaching spécifique et approfondir les techniques proposées et obtenir des résultats effectifs sur le long terme.

Méthodes pédagogiques

Formation est basée sur l'utilisation de méthodes interactives, qui visent à favoriser chez les participants des allers-retours permanents entre leurs savoirs, leur expérience, leurs capacités d'analyse et les apports théoriques du formateur.
Exercices et mise en pratique des techniques proposées.

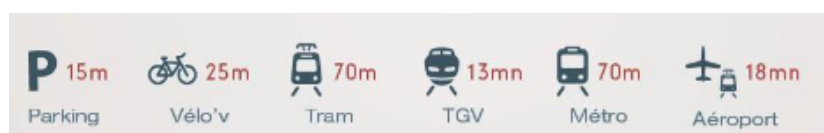
Nos formations se déroulent dans nos locaux

Immeuble Le Karré
2 rue Maurice Moissonnier
69120 VAULX-EN-VELIN



Pour venir à ARFEGE

Une situation hyperconnectée : Facilement accessibles directement de la gare de la Part Dieu, (tram ou piste cyclable), de l'aéroport (navette Rhône Express), par bus ou en voiture (boulevard périphérique à 5 minutes), nos locaux sont à moins de 100 mètres de la gare multimodale.



- ⇒ Tramway T3 en direct de la gare TGV de la Part-Dieu
- ⇒ Métro A en direct de la gare de Perrache et du centre-ville
- ⇒ Des lignes de bus, des pistes cyclables
- ⇒ Le Rhône express en direct de l'aéroport et de la gare TGV de Lyon-St Exupéry
- ⇒ Proche des principaux axes routiers
- ⇒ Un parc relais de 470 places



BULLETIN D'INSCRIPTION

Pour inscrire des salarié(e)s :

1. Remplissez la fiche d'inscription.
2. Envoyez la fiche accompagnée d'un acompte de 30 % du coût du stage, à l'ordre d ARFEGE.
3. Environ un mois avant le stage, vous recevrez la confirmation des dates, lieu, horaires, la convention ainsi que les modalités de la formation.

Intitulé du stage	Noms des participants	Prénoms des participants	Dates	Coût
TOTAL				
ACOMPTE DE 30% DU TOTAL				

ATTESTATION DE PRISE EN CHARGE PAR L'ETABLISSEMENT

ETABLISSEMENT/RAISON SOCIALE :.....

ADRESSE :

SIRET :

Je soussigné

NOM : PRÉNOM :

Agissant en qualité de :

M'engage par la présente à prendre en charge les frais afférents à cette inscription et accepte les conditions générales de formation ARFEGE

Signature et cachet



VOS INTERLOCUTEURS



Édouard DOCKES
Secrétaire Administratif

edouard.dockes@arfege.fr



Nicolas DANIEL
Directeur et
Responsable Pédagogique

nicolas.daniel@arfege.fr



Julien BERTRAND
Qualiticien, Consultant et
Référént Handicap

julien.bertrand@arfege.fr



CONDITIONS GENERALES DE VENTE

ARFEGE, organisme de formation continue, siège social : : 2 rue Maurice MOISSONNIER - 69120 VAULX-EN-VELIN propose et dispense des formations inter-entreprises.

Les présentes Conditions Générales de Vente s'appliquent à toutes les offres de formation ARFEGE relatives à des commandes passées à ARFEGE par tout client.

Inscription et conditions de règlement :

Toute inscription doit être confirmée par écrit à l'aide du bulletin d'inscription fourni par ARFEGE.

Un acompte de 30% du coût total de la formation est versé au moment de l'inscription.

Le paiement du solde sera effectué à l'issue de la formation, à réception de facture.

Les prix sont indiqués TTC.

Toute formation commencée est entièrement due.

Après réception ARFEGE confirme l'inscription du client en lui retournant :

- Une confirmation d'inscription donnant toutes les indications utiles concernant les dates, le lieu et le déroulement du stage.
- Une convention de formation.

Gestion des inscriptions, report ou annulation du fait d'ARFEGE ;

Les inscriptions sont prises dans l'ordre de leur arrivée.

Si le nombre des inscriptions est trop élevé, une option est enregistrée sur la prochaine formation identique. Si au contraire, le nombre des inscriptions est insuffisant, les dates du stage pourront être reportées ou même annulées.

En cas de situation exceptionnelle ou d'un nombre insuffisant de stagiaires, la formation pourra être reportée ou annulée.

Cette annulation ou ce report seront signifiés par courrier ou e-mail au client. Les raisons de cette annulation ou report seront précisées.

En cas d'annulation, ARFEGE remboursera au client l'intégralité de l'acompte versé.

En cas de report, le client pourra maintenir son inscription pour une date ultérieure ou se faire rembourser l'intégralité de l'acompte versé.

A l'issue de la formation ARFEGE fournit au client :

- Un exemplaire de la convention signée.
- Une attestation de formation et un exemplaire de la feuille d'émargement signée.
- La facture.

La facture acquittée sera envoyée dès réception du règlement.

Annulation du fait du client

En cas d'annulation du fait du client après signature du bulletin d'inscription et jusqu'à 15 jours avant le début de la formation, l'acompte reste acquis à ARFEGE au titre de dédommagement.

Au-delà de cette date les frais de formation seront entièrement dus par le client et une facturation lui sera faite.