

RELAXATION LUDIQUE POUR PERSONNE AGÉE OU EN SITUATION DE HANDICAP RLPAH

Cette spécialisation destinée aux sophrologues ainsi qu'au personnel de santé, du social et de la relation d'aide permet d'apporter un mieux-être aux personnes âgées ou en situation de handicap en créant des activités de relaxation ludique adaptées à leurs limites physiques, mentales et émotionnelles.

Formation en présentiel au Centre ou en visioconférence

Objectifs

- Acquérir les bases théoriques et pratiques de la relaxation ludique adaptée à la personne âgée ou en situation de handicap ;
- Assimiler l'intérêt de la relaxation ludique adaptée à la personne âgée ou en situation de handicap ;
- Appréhender les besoins spécifiques de la personne âgée ou en situation d'handicap ;
- Utiliser les techniques enseignées pour soi-même et pour les personnes âgées ou en situation de handicap ;
- Animer des séances individuelles et en groupe ;
- Adapter sa pratique en fonction des problématiques rencontrées.

Public Concerné

Professionnel intervenant auprès de personnes âgées ou handicapées ;
Sophrologue-Relaxologue souhaitant étendre ses compétences

Pré Requis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis
En cas de suivi de la formation en visioconférence, posséder un ordinateur équipé d'une connexion internet haut débit ainsi que d'une

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Lectures de documents
- Mises en situation et jeux de rôle
- Études de cas
- Exercices individuels et en sous-groupes

Moyens techniques et matériels :

- Support de cours électronique
- Paperboard / Vidéoprojecteur
- Kit pédagogique
- Formation pouvant être suivie en présentiel au Centre ou à distance en visioconférence avec partage d'écran, supports visuels et échanges

Qualification Intervenant(e)(s)

Psychomotricienne Spécialisée Petite enfance - Enfance - Gériatrie

Type de formation

Présentiel au Centre ou en visioconférence

Parcours pédagogique

- Définition de la relaxation ludique
- Pourquoi a-t-on recours à la relaxation ludique pour la personne âgée ou en situation de handicap (L'intérêt des activités ludiques et de la relaxation)
- Déroulement d'une séance (ambiance, durée...)
- Veiller à sa propre relaxation pour aider la personne âgée ou en situation de handicap
- Les différents supports de la relaxation ludique adaptés à la personne âgée ou en situation de handicap
- Le regard et le rôle du professionnel à travers les activités de la relaxation ludique
 - Apprendre à détecter les besoins et les ressentis de la personne âgée ou en situation de handicap
 - Apprendre à reformuler ce que la personne âgée ou en situation de handicap ne sait ou ne peut exprimer
 - Apprendre à mieux identifier les troubles du comportement chez la personne âgée
- Les techniques et exercices de respiration pour apaiser et libérer les tensions
- Le massage et l'automassage pour relaxer et détendre
- Les applications de la relaxation ludique pour personne âgée ou en situation de handicap
- Les techniques de relaxation sous différents jeux adaptés à la personne âgée ou en situation de handicap par rapport aux différents troubles :
 - Anxiété, tensions, stress, angoisses, peurs
 - Concentration, attention
 - Mémorisation
 - Confiance en soi
 - Problème respiratoire
 - Trouble physiologique : articulation, habileté motrice
 - Démence
 - Alzheimer
 - Fauteuil

Les + métier

Animer des séances de relaxation ludique pour personne âgée ou en situation de handicap de façon individuelle ou en groupe

Méthodes et modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement pré-formation
Exercices et mises en situation tout au long de la formation
Evaluation des compétences en fin de formation (Mise en situation professionnelle / Etudes de cas)
Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Modalités d'Accessibilité

Accès PMR

Durée

14.00 Heures
2 Jours

Effectif

Groupe de 10 participants maximum

Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : 680.00 € Net de taxe
Intra (Par Jour) : Nous consulter