

# MAINTIEN DE L'AUTONOMIE DANS LA VIE QUOTIDIENNE



**PUBLIC :** Intervenants à domicile auprès de personnes âgées, personnes dépendantes, personnes en situation de handicap, enfants, en poste ou demandeurs d'emploi.

## OBJECTIFS

Ce module de formation permet aux intervenants :

- d'utiliser les gestes de la vie quotidienne et des techniques d'animation afin d'encourager, maintenir et/ou restaurer l'autonomie des personnes âgées et/ou dépendantes
- de savoir s'adapter aux capacités en présence et faire participer les personnes le plus possible en fonction de leurs habitudes, de leurs envies et de leurs repères culturels

## VALIDATION

Attestation de formation

## DURÉE

1 jour

Approfondissement possible sur 1 jour supplémentaire en fonction des besoins.

Possibilité d'organiser la formation par demi-journée.

## SIGMA FORMATION

Adresse :

29 rue Jacques Hébert 13 010 Marseille

Tél : 04 91 29 63 88

Mail : [christelle.sanchez@sigma-formation.fr](mailto:christelle.sanchez@sigma-formation.fr)

Site internet : [www.sigma-formation.fr](http://www.sigma-formation.fr)

## CONTENU

*Les causes de la diminution de l'autonomie :*

- le vieillissement
- la maladie
- la dépression
- handicap physique ou psychique...

*Stimulation et maintien de l'autonomie à travers les gestes de la vie quotidienne :*

- Préparation et prise de repas, entretien du logement, accompagnement et aide à la toilette

*Domaines d'activités et supports d'animation pour le maintien d'autonomie et des capacités des personnes :*

- Jeux, culture, musique, sensitif, cognitif...
- Conséquences sur l'estime de soi

- Place de l'aidant, proposer des choix
- Respect de la liberté de décision de la personne aidée