

# SIMULATEUR DE VIEILLISSEMENT

## RESSENTIR POUR COMPRENDRE

G1

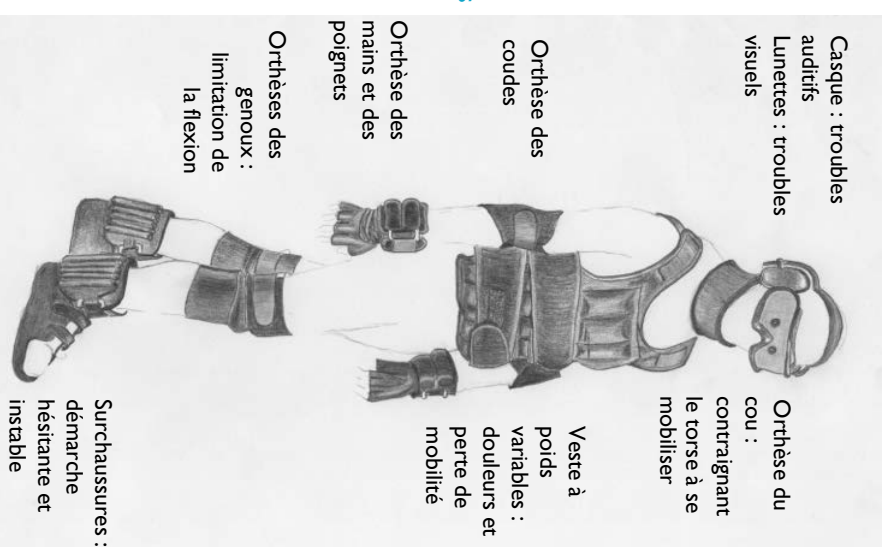
Le vieillissement sensoriel et moteur provoque des fragilités et des incapacités imposant des limites dans les gestes simples de la vie quotidienne :

- Difficulté à se lever
- Difficulté à se baisser,
- Difficulté à s'asseoir,
- Difficulté à se servir à boire,
- Difficulté à participer à une conversation,
- Difficulté à prendre un objet dans ses mains...

Aussi peut-on améliorer ce quotidien en apportant une aide adaptée sans réduire la liberté et les capacités restantes au profit de la sécurité. Avec le simulateur de vieillissement, nous proposons à tout intervenant auprès des personnes âgées ou dépendantes, dans le respect de leur expérience, de leur vécu et du projet d'établissement :

- Une prise de conscience des difficultés rencontrées,
- Un changement de regard sur ces personnes dans le sens de l'empathie, de la patience et de la vigilance,
- Des compétences supplémentaires dans l'aide aux personnes en perte d'autonomie.

### Formation à l'aide du Simulateur du Vieillissement



## OBJECTIFS

Le principe de la formation est de :

- Confronter les participants aux effets des modifications sensorielles et motrices liées à l'âge à travers 3 ateliers qui recréent l'environnement et les différentes situations de la vie quotidienne.
- Ressentir et comprendre les difficultés rencontrées.
- Mobiliser un ensemble d'actions et de comportements adaptés et personnalisés.

## MOYENS PEDAGOGIQUES

- Interactivité des participants qui s'appuient sur leur expérience et l'expression de leur ressenti.
- Apports théoriques permettant d'identifier et de comprendre les principales modifications et pathologies sensorielles et motrices liées à l'âge.
- Mises en situation à l'aide du simulateur de vieillissement autour de la VISION, de l'AUDITION et de la MOTRICITÉ
- Supports pédagogiques
- Livret pédagogique
- Attestation de formation délivrée à chaque participant après un bilan de la formation.
- Proposition de feed-back à 3 mois

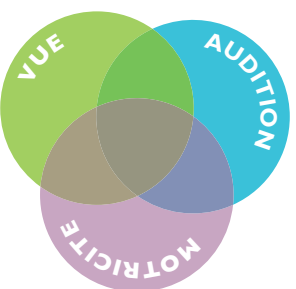
## PROGRAMME

### Apports théoriques

Les principales modifications et pathologies sensorielles et motrices liées à l'âge et leurs conséquences

### Mises en situation

Pour chaque participant : une « expérience sensorielle » : visuelle, auditive et motrice dans les situations de la vie quotidienne (repas, loisirs, lieux de vie, toilettes, lever, coucher...)



**VUE :** Le rétrécissement du champ visuel est reproduit par des paires de lunettes particulièrement étudiées pour simuler les troubles visuels (cataracte, glaucome, DMLA).

**AUDITION :** Les différents troubles auditifs (presbycousie) sont simulés par un casque.

**MOTRICITÉ :** La restriction de la mobilité est simulée par :

- des prothèses et des genouillères qui limitent flexions et articulations en entravant les mouvements,
- des surchaussures qui provoquent une démarche hésitante et instable, une veste à poids variable qui simule les problèmes de mouvement du torse, des épaules et des douleurs de dos

Chaque participant est amené à ressentir ces troubles dans son corps et avec tous ses sens, à identifier les difficultés rencontrées et à mettre en place des comportements spécifiques les plus adaptés.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### PUBLIC :

Intervenants auprès des personnes âgées vivant en institution ou à domicile.  
Groupe de 12 personnes

**DUREE :** 1 journée

**LIEU :** INTRA (dans la structure)

**COUT :** 1 495 €

**DATES :** Fixée avec l'établissement

**ANIMATEURS :**

Formateurs formé à la gérontologie

### MATERIEL ET ORGANISATION :

Une salle avec des chaises.

Tous types de matériel pouvant apporter un plus à la formation : un lit médicalisé ou un accès à une chambre avec salle de bain, aides techniques (canne, déambulateur, fauteuil roulant...) et un accès à des marches.

### ACCESSIBILITE :

Locaux accessibles tout handicap au rez-de-chaussée et tout handicap sauf moteur au 1er étage.

Merci de nous contacter pour étudier la possibilité d'adapter la formation à votre handicap.

## CONTACT INFORMATION

Marie-Line LESTANG

[ml.lestang@ecolejeanneblum.fr](mailto:ml.lestang@ecolejeanneblum.fr)

Tél. : 01 39 46 92 63