

# RENFORCER L'AUTONOMIE AU QUOTIDIEN

## Accompagner la personne âgée en valorisant ses capacités préservées



Mise à jour 02/2026

Formation en Intra Présentiel - Réf RPFB08A

L'avancée en âge et les troubles cognitifs associés conduisent souvent à focaliser l'accompagnement sur les pertes et les dépendances. Pourtant, de nombreuses capacités demeurent présentes et peuvent être mobilisées pour préserver l'autonomie, l'estime de soi et la participation à la vie quotidienne. Cette formation propose aux professionnels d'explorer une approche d'accompagnement centrée sur les capacités préservées des personnes âgées. Inspirée de travaux issus de la gérontologie et des approches d'activation cognitive, elle permet de repenser l'environnement, les activités et les interactions afin de favoriser l'engagement des résidents. Les professionnels découvriront comment transformer les gestes du quotidien en opportunités de participation et de valorisation.

### Compétence(s) visée(s)

- ❖ Adapter l'accompagnement des personnes âgées en valorisant leurs capacités préservées.
- ❖ Concevoir des activités et un environnement favorisant l'autonomie et la participation des résidents.

### Objectifs de la formation

- ☞ Identifier les principes d'un accompagnement centré sur les capacités restantes.
- ☞ Comprendre l'impact des troubles cognitifs sur l'autonomie et la participation.
- ☞ Adapter la communication et la posture professionnelle pour soutenir l'engagement des résidents.
- ☞ Aménager l'environnement afin de faciliter l'orientation et l'autonomie.
- ☞ Concevoir des activités adaptées favorisant l'utilité sociale et la participation.
- ☞ Intégrer les gestes du quotidien comme support d'autonomie.

### Contenu

#### 1. Les principes d'un accompagnement centré sur les capacités

- Les changements liés au vieillissement et aux troubles cognitifs.
- Les capacités préservées malgré la maladie.
- La différence entre faire à la place et accompagner à faire.
- La valorisation de la participation des résidents.
- Les bénéfices sur l'estime de soi et le bien-être.

#### 2. La compréhension des troubles cognitifs dans l'accompagnement

- Les caractéristiques des troubles cognitifs liés au vieillissement.
- Les troubles de la mémoire et leurs conséquences dans le quotidien.
- Les difficultés d'orientation et de planification.
- Les réactions émotionnelles et comportementales.
- Les impacts sur la relation d'aide.

#### 3. La posture professionnelle favorisant l'autonomie

- La communication adaptée aux personnes présentant des troubles cognitifs.
- Les consignes simples et structurées.
- La valorisation des réussites.
- L'importance du rythme et du temps laissé à la personne.
- La coopération avec la personne accompagnée.

#### 4. L'aménagement de l'environnement pour soutenir l'autonomie

- Les repères visuels dans l'environnement.
- La signalétique et l'orientation dans les espaces.
- L'organisation des objets du quotidien.
- L'environnement sécurisant et facilitant les actions.
- L'importance de la stimulation sensorielle.

#### 5. La conception d'activités favorisant la participation

- Les activités ayant du sens pour les résidents.
- Les activités utiles et valorisantes.
- L'adaptation des tâches aux capacités de la personne.
- Les activités favorisant la motricité et la stimulation cognitive.
- Les activités favorisant la coopération entre résidents.

#### 6. L'intégration de l'autonomie dans les gestes du quotidien

- La participation aux actes de la vie quotidienne.
- L'aide au repas comme moment d'autonomie.
- L'habillage et les soins comme opportunité d'implication.
- Les petites responsabilités valorisantes.
- La place du résident dans la vie de l'établissement.



#### Public

Professionnels accompagnant des personnes âgées en EHPAD ou en établissement médico-social.



#### Pré-requis

Connaissance des troubles neurocognitifs (maladie d'Alzheimer ou apparentées)



#### Durée

2 jours, soit 14h



#### Formateur(trice) pressenti(e)

Formateur(trice) spécialisé(e) en gérontologie



#### Nombre de participants (intra)

De 2 à 10 personnes



#### Matériel nécessaire

Ordinateur et vidéoprojecteur

#### Moyens et méthodes pédagogiques et techniques :

- Apports théoriques illustrés par des situations professionnelles
- Analyse de pratiques professionnelles
- Études de cas issues du secteur gérontologique
- Ateliers de conception d'activités
- Diaporama (Transmis après la formation)
- Mise à disposition d'un espace extranet individuel

#### Modalités et délai d'accès

De 2 à 6 mois en moyenne (nous contacter)

#### TARIF

Nous contacter pour obtenir un devis personnalisé

Besoin d'un conseil ? d'une information ? d'un devis ?

Vous êtes en situation de handicap ? Contactez-nous



06.09.08.02.20



contact@cjformation.com



www.cjformation.com

#### Carine ANCIAUX

Présidente, Référente handicap  
Référente pédagogique et numérique  
Aurélie Fauchet et Claire Royer  
Assistantes administratives

### Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation des résultats de la formation

