

# Construire un projet d'animation en institution - M3 : Animation d'ateliers de gymnastique douce

## Contexte

---

La gymnastique sous ses différentes formes, favorise la prise de conscience du corps, l'image de soi et la concentration. Sous sa forme « douce », elle est à la base des pratiques de prévention chez la personne âgée : risque de chute, dénutrition, perte de force musculaire, isolement social, dépression. La gymnastique douce a un effet sur l'autonomie et la qualité de vie des résidents dans les structures sanitaires et médico-sociales. Il serait souhaitable de proposer cette activité au plus grand nombre en s'attachant à collaborer avec les professionnels connaissant les capacités et les limites des patients/résidents (kinésithérapeute, psychomotricien, ergothérapeute, IDE, éducateur sportif...).

## Objectifs

---

Cette formation vise à :

- **S'approprier** les objectifs des ateliers de gymnastique douce,
- **Connaître** les techniques de gymnastique douce adaptées aux capacités des patients/résidents,
- **Apprendre** à construire concrètement un atelier de gymnastique douce,
  - **Apprendre** à évaluer l'atelier d'animation de façon individuelle et collective.

## Renseignements complémentaires

---

### Financement

Fonds mutualisés ANFH

### Dates

Voir calendrier en annexe

### Validité du marché

31/08/2024

## Programme

---

Cette formation donne aux professionnels prenant en charge des personnes âgées les éléments nécessaires aux

choix des techniques les plus adaptées

**SEQUENCE 1 Apprendre à travailler en lien avec les professionnels connaissant les capacités et les limites des patients/résidents** (kinésithérapeute, psychomotricien, ergothérapeute, IDE, éducateur sportif...)

**SEQUENCE 2 Construire un atelier de gymnastique douce, animer, évaluer, utiliser les ressources internes.**

**SEQUENCE 3 Prévoir d'organiser la mise en valeur des réalisations des ateliers.**

**Public**

**Tout professionnel ayant développé une appétence pour l'organisation d'activités d'animation et souhaitant assister le professionnel qualifié à l'animation.**

**Exercice**

**2024**

**Code de formation**

**AFR 4.05**

**Nature**

**AFR**

**Organisé par**

**RESEAU CEDRE SANTÉ**

**Durée**

**14 heures**

**Typologie**

**Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences**