

# Comprendre et mieux ressentir les effets du vieillissement

## Contexte

---

Henri Estienne (humaniste français) disait : « si jeunesse savait et si vieillesse pouvait ». Cette citation riche de sens évoque la méconnaissance du plus jeune à l'égard de ce que peut éprouver son aîné sur le plan sensoriel, moteur et psychologique.

La plupart des soignants constatent des appréhensions, une lenteur dans la réalisation de certaines tâches et des plaintes des personnes âgées qu'elles prennent en soin. L'origine de ces difficultés prend sa source dans une pluralité de troubles causés par un vieillissement normal ou pathologique. DMLA, Glaucome, cataracte, presbycusie, sarcopénie, arthrose, sont autant d'éléments figurant sur les dossiers médicaux des personnes âgées, sans que le soignant puisse se rendre compte de ce que cela peut générer concrètement comme difficultés dans des situations de la vie quotidienne.

Les attentes de cette formation sont de vivre une expérience pédagogique s'appuyant sur l'utilisation de simulateurs de vieillissement pour mieux comprendre les «us» des âgés. Les objectifs attendus sont d'accompagner le professionnel à adopter une posture plus empathique et de contribuer à redonner de l'autonomie aux personnes âgées.

## Objectifs

---

Prendre conscience des difficultés liées au vieillissement et mieux comprendre les limites psychomotrices afin de tendre à une amélioration de la performance des soins et à une démarche bientraitante :

- Ressentir et mieux comprendre les difficultés motrices et sensorielles de la personne âgée avec des simulateurs de vieillissement.
- Appréhender et vivre les troubles visuels pour adapter son comportement.
- Mieux comprendre les troubles auditifs.
- Favoriser l'empathie envers la personne âgée.

## Programme

---

**MATIN :**

### **Le vieillissement moteur et locomoteur**

Alternance d'apports théoriques sur le vieillissement locomoteur (arthrose, sarcopénie, ostéoporose, ...), de mises en situations, pratique de locomotion avec simulateurs de vieillissement et d'échanges des ressentis entre professionnels.

## **Le vieillissement du goût et la presbyphagie**

Apport théorique sur le dysfonctionnement de la déglutition, d'échanges autour des repas de la personne âgée et mise en situation de repas avec simulateurs de vieillissement.

### **APRES-MIDI :**

## **Le vieillissement visuel et auditif**

- explications des pathologies visuelles fréquentes chez les personnes âgées (DMLA, cataracte, glaucome, presbytie, ...), mise en situation avec lunettes de simulation et réflexion autour de l'adaptation de sa pratique par rapport à ces troubles ;
- atelier d'audition interactif pour mieux comprendre ce qu'est une presbyacousie et échange pour ajuster sa communication.

## **La communication non verbale**

Mises en situation et jeux de rôles pour comprendre l'importance de notre communication non verbale au quotidien et notamment en gérontologie.

### **Public**

**Tout public administratif, technique, soignant en lien avec les PAAide soignant, infirmier, ASH, AMP, IDEC, Agents de soin, Aides à domicile, médecins coordonnateurs, autres personnels travaillant auprès des personnes âgées**

### **Exercice**

**2024**

### **Nature**

**AFC**

### **Organisé par**

**IGL**

### **Durée**

**7 heures**