

Programme détaillé

JOUR 1

Préserver les capacités et l'autonomie : du repérage à l'intervention individualisée

Intervenante : Éloïse Ferrantin

09:00 - 09:30

Accueil, recueil des attentes, positionnement initial.

Modalités pédagogiques : Échanges, questionnaire initial.

09:30 - 10:30

Vieillesse normale/pathologique ; fragilité et préfragilité ; sédentarité et activité physique.

Modalités pédagogiques : Apports ciblés, questions-réponses.

10:30 - 10:45 · Pause

10:45 - 12:30

Repérage des facteurs de risque ; évaluation fonctionnelle : mobilité, transferts, marche, équilibre, force et peur de chuter ; priorisation.

Modalités pédagogiques : Analyse de cas cliniques et interprétation des observations.

12:30 - 14:00 · Pause déjeuner

14:00 - 15:30

Définition d'objectifs individualisés ; force, équilibre, mobilité, transferts ; lien avec les activités quotidiennes.

Modalités pédagogiques : Ateliers pratiques, construction de situations fonctionnelles.

15:30 - 15:45 · Pause

15:45 - 17:00

Progression et adaptation des exercices ; activité physique, cognition, attention et double tâche ; engagement.

Modalités pédagogiques : Mises en situation, travail en sous-groupes.

17:00 - 17:30

Synthèse et transfert à la pratique : justification des choix pour un cas donné.

Modalités pédagogiques : Restitution orale, feedback formatif.

JOUR 2

Du soin individuel à la prévention collective et au projet hors nomenclature

Intervenante : Éloïse Ferrantin

09:00 - 09:30

Réactivation des acquis de J1 ; passage du soin individuel à la prévention collective.

Modalités pédagogiques : Échanges guidés, questionnaire.

09:30 - 10:30

Analyse du public et des besoins ; objectifs et formats ; construction d'une séance et d'un cycle progressif.

Modalités pédagogiques : Apports ciblés, atelier de conception.

10:30 - 10:45 · Pause

10:45 - 12:30

Groupe hétérogène : adaptations, sécurité, matériel, mobilité, force, équilibre, coordination, sollicitation cognitive ; participation et évaluation.

Modalités pédagogiques : Conception d'une séance en groupes et présentation argumentée.

12:30 - 14:00 · Pause déjeuner

14:00 - 15:30

Actions hors nomenclature : positionnement, formats possibles, publics, partenaires ; structurer une proposition.

Modalités pédagogiques : Étude d'exemples, échanges entre pairs.

15:30 - 15:45 · Pause

15:45 - 17:00

Construction d'un projet : public, besoin, objectifs, format, contenu, progression, matériel, sécurité, partenaires, tarification et évaluation.

Modalités pédagogiques : Atelier individuel ou sous-groupes : fiche projet.

17:00 - 17:30

Présentation des projets, discussion et évaluation finale des acquis.

Modalités pédagogiques : Restitution, questionnaire final, feedback.

Objectifs opérationnels

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- 1 Repérer les facteurs de fragilité et réaliser, à partir d'un cas clinique, une évaluation fonctionnelle de la mobilité, des transferts, de la marche, de l'équilibre, de la force et de la peur de chuter.
- 2 Définir des objectifs individualisés et élaborer, à partir d'une situation clinique, une proposition d'exercices reliée à une priorité de la vie quotidienne.
- 3 Adapter et justifier la progression d'exercices de force, mobilité et équilibre, en intégrant lorsque pertinent les dimensions cognitives, attentionnelles et de double tâche.
- 4 Construire et présenter une séance collective de prévention pour un groupe de seniors hétérogène, avec objectifs, séquençage, adaptations, sécurité et critères d'évaluation.
- 5 Formaliser l'ébauche d'une action de prévention hors nomenclature pour un public ou partenaire identifié, en précisant besoins, objectifs, format, moyens, tarification envisagée et évaluation.

Objectifs pédagogiques

La formation vise à développer les connaissances et compétences nécessaires pour :

- 1 Comprendre les enjeux du vieillissement, de la fragilité et de la prévention de la perte d'autonomie chez les seniors.
- 2 Approfondir l'évaluation fonctionnelle et le raisonnement clinique pour définir des priorités d'accompagnement individualisées.
- 3 Maîtriser les principes de construction, d'adaptation et de progression des interventions visant les capacités fonctionnelles.
- 4 Acquérir une méthode de conception et d'animation d'ateliers collectifs de prévention adaptés aux personnes âgées.
- 5 Identifier les possibilités de diversification de l'exercice par des actions de prévention hors nomenclature structurées.

Organisation et conditions

Public concerné : masseurs-kinésithérapeutes.

Prérequis : diplôme d'État de masseur-kinésithérapeute ou autorisation d'exercice. Aucun prérequis spécifique complémentaire.

Durée et horaires : 2 jours, de 9 h à 17 h 30. Pauses détaillées dans le programme.

Tarif : 600 € par personne.

Format : présentiel. Effectif minimum : 6 participants.

Délais d'accès : demandes prises en compte dès l'ouverture des inscriptions et jusqu'à 7 jours avant le début de la formation, sous réserve de places disponibles et de validation du dossier.

Informations et inscription : 06 02 11 97 29 - contact@noria-sante.com.

Présentation de la formation

Comment aider les personnes âgées à préserver leurs capacités et leur autonomie au quotidien ? Cette formation de deux jours propose aux masseurs-kinésithérapeutes une démarche concrète pour affiner leur évaluation, adapter leurs interventions et développer des actions collectives de prévention.

La première journée est consacrée au repérage de la fragilité et à l'évaluation fonctionnelle : marche, équilibre, force musculaire, mobilité, transferts et peur de chuter. À partir de situations cliniques et d'ateliers pratiques, vous apprenez à définir des objectifs individualisés et à construire des exercices progressifs, reliés aux activités de la vie quotidienne. La place de l'activité physique, de l'attention et de la double tâche est intégrée au raisonnement clinique.

La seconde journée vous accompagne dans la conception et l'animation d'ateliers collectifs pour les seniors. Vous travaillez la progression des séances, les adaptations à un groupe hétérogène, la sécurité et l'évaluation de votre action.

Animée par Éloïse Ferrantin, kinésithérapeute et formatrice engagée en prévention, cette formation aborde également la construction de projets hors nomenclature et l'identification de partenaires. Vous repartez avec l'ébauche d'une action de prévention adaptée à votre environnement professionnel.

Outils et méthodes pédagogiques

- Apports théoriques courts, analyses de cas et échanges professionnels.
- Ateliers pratiques, mises en situation et travail en sous-groupes.
- Conception d'une séance collective et élaboration d'un projet de prévention.
- Évaluation initiale et finale des connaissances ; observation en situation.
- Présentation des projets, discussion et retours formatifs.
- Questionnaire de satisfaction immédiat.

Accessibilité

Formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Pour étudier les adaptations nécessaires, contactez notre référent handicap : 06 02 11 97 29 - contact@noria-sante.com.

Informations complémentaires : Agefiph Pays de la Loire - www.agefiph.fr/pays-de-la-loire.



FORMATRICE

Éloïse Ferrantin

Kinésithérapeute · Prévention et maintien de l'autonomie

DÉCOUVRIR LA FORMATION ET SE PRÉINSCRIRE

Masseur-kinésithérapeute diplômée de l'IFPEK de Rennes en 2008, Éloïse Ferrantin associe une pratique libérale à des activités de formation et d'animation d'ateliers de prévention. Elle développe une expertise dans le vieillissement, le maintien de l'autonomie, la prévention des chutes et l'activité physique adaptée.

Elle enseigne depuis 2022 auprès d'étudiants en kinésithérapie et en ergothérapie à l'IFPEK de Rennes, et conçoit des formations destinées aux professionnels de santé, en présentiel et en e-learning. Son expérience comprend également l'animation régulière d'ateliers d'équilibre et de programmes de prévention auprès des seniors.

Sa pédagogie relie les données scientifiques aux situations rencontrées sur le terrain. Cas cliniques, mises en pratique et échanges d'expérience permettent aux participants de développer leur raisonnement et de construire des interventions adaptées à leur exercice.

noria-sante.com/autonomie-des-seniors/

Dernière mise à jour le 19/10/2026