



# AUTONOMIE, DEPENDANCE ET VIEILLISSEMENT



## CONTEXTE :

Les termes d'autonomie et de dépendance ne sont pas opposés car l'autonomie se réfère au libre arbitre de la personne alors que la dépendance est définie par le besoin d'aide. Mais ces deux notions se complètent et sont à prendre en compte pour répondre au mieux aux besoins de la personne âgée. Les causes de dépendance sont variées avec l'intrication de facteurs médicaux, psychiques et sociaux. Les conséquences de la dépendance intéressent la personne âgée, son entourage ou les acteurs médico sociaux. Pour s'opposer à une approche de la vieillesse trop centrée sur la dépendance, le concept de « vieillissement réussi » a servi à mettre en avant le rôle actif de l'individu dans la prévention du vieillissement.

## COMPETENCES VISEES :

- ▶ Acquérir ou mobiliser les connaissances sur les notions d'autonomie, dépendance et vieillissement réussi.
- ▶ Savoir évaluer la dépendance.
- ▶ Savoir s'adapter aux changements internes et externes propres à l'avancée en âge.
- ▶ Savoir s'adapter à des situations changeantes

## Personnes concernées

Personnel soignant.

## Programme

- **Séquence 1 : la personne**  
*Définition - Les trois dimensions fondamentales*
- **Séquence 2 : l'autonomie**  
*Définition - Etre en capacité - Importance de l'environnement - L'acte volontaire*
- **Séquence 3 : le vieillissement**  
*Le cycle vital de l'Homme - Vieillesse physiologique - Concept de fragilité - Les cinq grands risques - Les trois modes de vieillissement*
- **Séquence 4 : la perte de l'autonomie**  
*Définition - La non utilisation - La maladie - L'environnement - La séquence de Wood*
- **Séquence 5 : La dépendance**  
*Définition - Le besoin d'un tiers - L'importance de l'environnement*

## Méthodes pédagogiques

Apport de contenus théoriques  
Brainstormings  
Débats  
Etudes de cas apportés par les participants et le formateur

## Valeur ajoutée de la formation

Cette formation fera l'objet d'un suivi après trois mois.  
Un questionnaire spécifique mis à disposition en ligne permettra de vérifier les acquis et les mises en pratique.  
Le résultat et son analyse sera transmis à l'établissement.

## INFORMATIONS

### Stage intra

#### Durée :

↪ 1 jour

#### Lieu :

- ↪ Etablissement demandeur
- ↪ Possibilité d'organiser la formation dans nos locaux (nous consulter)

#### Nombre maximum de participants :

↪ 12 personnes

#### Formateur :

↪ Cadre supérieur de santé en gériatrie

#### Coût :

↪ 1000 €



Une attestation de formation nominative est délivrée à chaque participant à l'issue de la session de formation