

# DEVENEZ UN EXPERT DU VIEILLISSEMENT

AVEC  
**CEDRIC DIAZ**  
FONDATEUR CREADIAZ®

PERSONNES  
AGÉES

## MODULE 1

- ▶ COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DU CERVEAU ET DE LA MÉMOIRE
- ▶ SE METTRE DANS LA PEAU D'UNE PERSONNE ÂGÉE ( SIMULATEUR DU VIEILLISSEMENT)

## MODULE 2

- ▶ CONCEVOIR DES SÉANCES DE STIMULATION COGNITIVE POUR LES PERSONNES VIEILLISSANTES

## MODULE 3

- ▶ STIMULER LES FONCTIONS COGNITIVES D'UNE PERSONNE ATTEINTE DE LA MALADIE D'ALZHEIMER ET MALADIES APPARENTÉES

## MODULE 4

- ▶ CONSTRUIRE ET ANIMER UNE SÉANCE DE DANSE SUR CHAISE POUR PERSONNES VIEILLISSANTES

## MODULE 5

- ▶ PROPOSER DES MOUVEMENTS ADAPTÉS EN MUSIQUE POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE LA MALADIE D'ALZHEIMER ET MALADIES APPARENTÉES

CONTACTS : 0603287203  0619817692

EQUIPE@CREADIAZ.ORG  
WWW.CREADIAZ.COM

# “Devenez un expert du vieillissement”

## Notre formation s'adresse aux :

- 1. Professionnels de la santé** : médecins, infirmières, aide-soignants, ergothérapeutes, psychologues, etc. qui souhaitent approfondir leurs connaissances sur le vieillissement et améliorer leurs compétences dans la prise en charge des personnes âgées.
- 2. Travailleurs sociaux** : assistants sociaux, éducateurs spécialisés, animateurs, etc. qui interviennent auprès des personnes âgées et qui veulent mieux comprendre les enjeux du vieillissement et les besoins spécifiques des personnes âgées.
- 3. Responsables de structures d'accueil pour personnes âgées** : directeurs d'établissements médico-sociaux, gestionnaires de maisons de retraite, etc. qui ont besoin d'acquérir des connaissances approfondies sur le vieillissement pour mieux organiser et gérer leurs structures.
- 4. Aidants familiaux** : membres de la famille qui prennent soin d'une personne âgée à domicile et qui veulent apprendre les bonnes pratiques pour accompagner au mieux leur proche vieillissant.
- 5. Étudiants en sciences de la santé ou du social** : étudiants en médecine, en soins infirmiers, en travail social, en psychologie, etc. qui souhaitent se spécialiser dans le domaine du vieillissement et qui veulent acquérir des connaissances approfondies sur le sujet.

*Il est important de noter que cette liste n'est pas exhaustive et que d'autres personnes intéressées par le sujet du vieillissement peuvent également bénéficier de cette formation.*

# “Devenez un expert du vieillissement”

## Les objectifs

### Objectif général :

Comprendre, animer, soutenir et accompagner avec bienveillance et expertise, la personne âgée et la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :

- **Stimuler** simultanément les différents types de mémoire et les capacités motrices des personnes âgées et/ou atteintes de la maladie d'Alzheimer ;
- **Créer et animer** une séance de danse sur chaise composée de mouvements adaptés au vieillissement naturel et aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ;
- **Utiliser** la méthode Creadiaz® ;
- **Identifier** les étapes d'un apprentissage adapté ;
- **Stimuler** la mémoire simultanément avec le corps ;
- **Proposer** des mouvements moteurs adaptés ;
- **Distinguer** les pathologies et les conséquences pédagogiques ;
- **Comprendre** le fonctionnement cognitif et moteur du public ;
- **Comprendre** la maladie d'Alzheimer et les conséquences pédagogiques ;
- **Créer et animer** une séance adaptée à la personne âgée ;
- **Créer et animer** une séance adaptée à la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ;
- **Effectuer** des remédiations par rapport au feedback.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## MODULE 1

Le module commence par une introduction sur les bases du fonctionnement du cerveau et de la mémoire, en mettant l'accent sur les différences entre un cerveau jeune et un cerveau vieillissant.

Les participants apprennent les différentes parties du cerveau et leur rôle dans le traitement de l'information et la formation de la mémoire.

Ensuite, les participants sont invités à utiliser le simulateur du vieillissement, qui reproduit les effets du vieillissement sur le corps et le cerveau. Ils peuvent ainsi expérimenter les difficultés liées à la vision, à l'audition, à la mobilité et à la mémoire.

Cela leur permet de mieux comprendre les défis auxquels les personnes âgées peuvent être confrontées dans leur vie quotidienne.

Le module aborde également spécifiquement la maladie d'Alzheimer, en expliquant les changements qui se produisent dans le cerveau des personnes atteintes de cette maladie.

Les participants apprennent les symptômes caractéristiques de la maladie, tels que la perte de mémoire, la désorientation temporelle et spatiale et les difficultés de communication.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## MODULE 2

La stimulation cognitive pour les personnes vieillissantes est un module de formation qui vise à fournir des outils et des techniques pour stimuler les capacités mentales des personnes âgées.

Ce module met l'accent sur l'importance de maintenir un esprit actif et engagé pour prévenir le déclin cognitif lié à l'âge.

L'animation motrice pour les personnes vieillissantes attire l'attention sur l'importance de maintenir une activité physique régulière chez les personnes âgées.

La stimulation simultanée du corps et du cerveau met en évidence l'importance de combiner activités physique et mentale pour maintenir une bonne santé globale chez les personnes âgées, en particulier celles atteintes de pathologies liées au vieillissement.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## MODULE 3

La stimulation cognitive est une approche essentielle pour aider les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et de maladies apparentées à maintenir leurs capacités cognitives et à améliorer leur qualité de vie.

Ce module de formation se concentre sur deux aspects clés de la stimulation cognitive : l'animation motrice et la stimulation cognitive simultanée. L'animation motrice consiste à encourager les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer à participer à des activités physiques et à des exercices qui sollicitent à la fois leur corps et leur esprit.

Cette approche vise à stimuler la coordination motrice, la mémoire, l'attention et la concentration. L'objectif est de maintenir la mobilité des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer tout en stimulant leur cerveau.

Ce module de formation fournit des informations détaillées sur les différentes techniques et activités utilisées dans la stimulation cognitive pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

Il explique également les bénéfices potentiels de cette approche, tels que l'amélioration de la cognition, de la mobilité et de la qualité de vie.

Des conseils pratiques sont également donnés pour mettre en place des séances de stimulation cognitive adaptées aux besoins individuels des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

En conclusion, ce module de formation met en évidence l'importance de la stimulation cognitive dans le traitement de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées. L'animation motrice et la stimulation cognitive simultanée sont des approches efficaces pour maintenir les capacités cognitives et physiques des personnes atteintes de ces maladies.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## MODULE 4

La danse sur chaise pour les personnes vieillissantes est un module de formation qui vise à proposer des mouvements adaptés au vieillissement. Cette forme de danse permet aux personnes âgées de rester actives, de maintenir leur mobilité et de stimuler leur coordination.

Le module de formation commence par une introduction sur les bienfaits de la danse sur chaise pour les personnes vieillissantes. Il met en avant les avantages physiques, tels que l'amélioration de la force musculaire, de l'équilibre et de la flexibilité. Il souligne également les bienfaits psychologiques, tels que la réduction du stress, l'amélioration de l'estime de soi et la stimulation cognitive.

Ensuite, le module aborde les différents mouvements adaptés au vieillissement. Il propose des exercices de renforcement musculaire, tels que le lever de jambes, les flexions des bras et les rotations du tronc. Il inclut également des mouvements d'étirement pour améliorer la flexibilité et la mobilité articulaire.

Le module de formation insiste sur l'importance de la sécurité lors de la pratique de la danse sur chaise pour les personnes vieillissantes. Il met en avant les précautions à prendre, telles que l'utilisation d'une chaise stable et confortable, l'adaptation des mouvements en fonction des capacités individuelles et la surveillance constante de l'instructeur.

Enfin, le module de formation propose des séances pratiques pour mettre en application les mouvements appris. Il encourage les participants à participer activement, à suivre le rythme de la musique et à s'amuser tout en dansant sur chaise.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## MODULE 5

Ce module de formation vise à présenter la danse sur chaise comme une activité bénéfique pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. La danse sur chaise se compose de gestes inspirés de la vie quotidienne, ce qui en fait une activité accessible et engageante pour ce public spécifique.

Il permet aux professionnels de la santé et aux aidants les connaissances et les compétences nécessaires pour mettre en place des séances de danse sur chaise adaptées aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

Le module propose ensuite des conseils pratiques pour la planification et la mise en place de séances de danse sur chaise. Il aborde des aspects tels que la sélection de la musique appropriée, la création d'un environnement sûr et stimulant, et l'encouragement de la participation active des participants.

Enfin, il met l'accent sur l'importance de l'évaluation et de l'adaptation continue des séances de danse sur chaise et explique comment surveiller les progrès des participants, recueillir leurs commentaires et ajuster les séances en conséquence.

La danse sur chaise, composée de gestes de la vie quotidienne, offre de nombreux bienfaits aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. En favorisant la motricité, la cognition, la mémoire, l'expression émotionnelle et les interactions sociales, cette activité contribue à améliorer la qualité de vie de ces personnes.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## Moyens techniques et supports pédagogiques

- Documents écrits : documentations professionnelles, questionnaires, ...
- Tableau (paperboard, ...)
- Aides visuelles : photos, dessins, schémas, graphiques, tableaux,...
- Projection : diaporama (vidéo-projecteur, films)
- Outils multimédias pédagogiques

## Modalités d'évaluation

Une évaluation formative est effectuée par le formateur tout au long de la formation.

Revue des modalités d'évaluations :

- Exercices
- Passages pratiques
- QCM

Une évaluation de la qualité de la formation est proposée aux stagiaires :

- Tour de table
- Questionnaire d'évaluation de fin de stage

Les grilles d'évaluations avec les compétences acquises pendant la formation seront adressées aux stagiaires et à la direction.

# “Devenez un expert du vieillissement”

## Organisation et estimation financière

### Durée totale et répartition :

35 heures réparties sur 5 journées de 7 heures.

### Dates :

Nous consulter

### Lieu :

Nous consulter

### Places disponibles :

12 participants

### Tarif : 845 euros HT

*Nos tarifs englobent les coûts pédagogiques liés à la préparation, l'animation, les bilans, le suivi administratif, les documents et supports pédagogiques, ainsi que les frais liés au formateur et à ses déplacements.*



 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION

