Zebr'elle - Stéphanie Vasseur
27 rue de Sénéfontaine
60155 St Léger en Bray
N° SIRET 525 094 454 00028
N° Formateur 32 60 03825 60

Accompagner la personne âgée en socio-esthétique : Du vieillissement à la fin de vie

Comprendre le vieillissement, adapter ses soins et sa posture face aux fragilités physiques, psychiques et cognitives.

Durée : 2 jours – 16 heures
Modalité : Formation en présentiel
Lieu : Résidence pour personnes âgées – Beauvais
Nombre de participants : 8 personnes maximum
Public : Socio-esthéticiennes
Prérequis : Être socio-esthéticienne
Tarif : 560 €

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Le vieillissement entraîne de nombreuses transformations physiques, sensorielles, psychologiques et sociales qui nécessitent une adaptation des pratiques professionnelles de la socio-esthéticienne.

Fragilité cutanée, diminution de la mobilité, douleurs, perte d'autonomie, troubles sensoriels, troubles cognitifs, maladies neurocognitives ou encore accompagnement de la fin de vie peuvent modifier profondément la manière d'aborder un soin.

Cette formation propose de mieux comprendre les spécificités de la personne âgée afin d'adapter ses soins socio-esthétiques, son installation, son toucher, sa communication et sa posture professionnelle.

Une partie de la formation est réalisée **auprès de personnes âgées volontaires au sein d'une résidence**, permettant aux participantes d'observer, d'expérimenter et d'adapter leur pratique à des situations professionnelles concrètes.

L'objectif est de passer d'une pratique standardisée à une approche individualisée :

OBSERVER → COMPRENDRE → ADAPTER → ACCOMPAGNER

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, la participante sera capable de :

- Identifier les principales modifications physiologiques, sensorielles, psychologiques et sociales liées au vieillissement.
- Différencier vieillissement normal, fragilité et situations pathologiques courantes chez la personne âgée.
- Identifier les principales conséquences des troubles cognitifs et des maladies neurocognitives sur la relation et l'accompagnement.
- Repérer les besoins, capacités et limites de la personne avant et pendant un soin socio-esthétique.
- Adapter sa communication et sa posture professionnelle aux capacités physiques, psychiques et cognitives de la personne âgée.
- Adapter l'installation et l'ergonomie du soin en fonction de la mobilité et du niveau d'autonomie.
- Identifier les précautions et principales contre-indications liées à l'état de santé et à la fragilité de la personne.
- Adapter les techniques de toucher et de soins aux spécificités du vieillissement.
- Concevoir et proposer des soins socio-esthétiques adaptés aux besoins et aux envies de la personne âgée.
- Adapter son accompagnement face aux troubles cognitifs et aux situations de désorientation.
- Identifier les spécificités de l'accompagnement socio-esthétique en situation de fin de vie.
- Construire une proposition de soin cohérente à partir d'une situation professionnelle donnée.

COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES VISÉES

Comprendre et analyser

- Observer la personne et son environnement.
- Identifier ses capacités, ses limites et ses besoins.
- Prendre en compte son histoire, ses habitudes et ses souhaits.
- Repérer les situations nécessitant une adaptation du soin.

Adapter sa pratique

- Adapter la durée, le rythme et l'intensité du soin.
- Choisir une installation adaptée.
- Adapter les techniques de toucher.
- Respecter les précautions liées à la fragilité de la personne.
- Proposer des soins individuels ou des activités collectives adaptés.

Adapter sa relation

- Ajuster sa communication verbale et non verbale.
- Favoriser le consentement et le respect du choix de la personne.
- Adapter son attitude face aux troubles cognitifs.
- Préserver l'autonomie, l'intimité et la dignité de la personne.

Accompagner jusqu'à la fin de vie

- Identifier les besoins spécifiques de la personne en fin de vie.
- Adapter le toucher et les soins de confort.
- Respecter le rythme, les limites et les souhaits de la personne.
- Identifier la place et les limites de la socio-esthéticienne dans cet accompagnement.
- Adopter une posture professionnelle juste face à la vulnérabilité et à la fin de vie.

PROGRAMME

JOUR 1 – COMPRENDRE LA PERSONNE ÂGÉE POUR ADAPTER SA PRATIQUE

MATIN

1. Comprendre le vieillissement

Apports théoriques et échanges

- Définition du vieillissement.
- Vieillissement normal, vieillissement pathologique et fragilité.
- Les différentes dimensions du vieillissement :
  - Physique ;
  - Sensorielle ;
  - Psychologique ;
  - Cognitive ;
  - Sociale.
- Les principales modifications liées à l'âge :
  - Peau et phanères ;
  - Masse musculaire ;
  - Mobilité ;
  - Equilibre ;
  - Sensibilité ;
  - Vision et audition ;
  - Fatigue et récupération.
- Conséquences du vieillissement sur l'image corporelle et l'estime de soi.
- Perte d'autonomie et maintien de l'autonomie.
- L'importance de ne pas faire « à la place de » mais de favoriser ce que la personne peut encore faire elle-même.

2. Fragilités et situations particulières

- Identifier les principales fragilités rencontrées chez la personne âgée.
- Douleurs et inconforts.
- Risques liés à la diminution de la mobilité.
- Peau fine, sèche et fragile.
- Risque de lésions et de traumatismes cutanés.
- Troubles circulatoires et sensibilité diminuée.

- Fatigue et fatigabilité.
- Précautions et situations nécessitant une adaptation ou un report du soin.
- Repérage des limites de la pratique de la socio-esthéticienne et nécessité de travailler en complémentarité avec les professionnels de santé.

3. Observer avant de prendre soin

Mise en situation autour de l'observation :

- Que puis-je observer avant de commencer un soin ?
- Comment repérer les capacités et les limites de la personne ?
- Comment identifier son niveau d'autonomie ?
- Comment recueillir ses habitudes, ses envies et ses préférences ?
- Comment obtenir son consentement ?
- Quels signes doivent m'amener à modifier ou interrompre le soin ?

APRÈS-MIDI

4. Communication et posture auprès de la personne âgée

Apports et exercices pratiques

- La communication verbale et non verbale.
- Le regard, la voix, le rythme et la distance relationnelle.
- Se présenter et expliquer le soin.
- Donner des consignes simples et adaptées.
- Respecter le temps de compréhension et de réponse.
- Le consentement tout au long du soin.
- Respect de l'intimité et de la pudeur.
- Préserver le choix et l'autonomie.
- Adapter son attitude face à une personne anxieuse, opposante, fatiguée ou désorientée.

5. Troubles cognitifs et maladies neurocognitives

- Comprendre les principales manifestations des troubles cognitifs.
- Identifier les conséquences possibles sur la relation.
- Désorientation dans le temps et dans l'espace.
- Troubles de la mémoire.
- Difficultés de compréhension et d'expression.
- Anxiété, agitation ou opposition.
- Adapter son langage et son comportement.
- Créer un environnement sécurisant.
- Utiliser les repères sensoriels et les habitudes de la personne.
- Savoir renoncer ou reporter un soin lorsque les conditions ne sont pas réunies.

6. Installation, ergonomie et adaptation du soin

- Installer une personne en fauteuil.

- Adapter son environnement de travail.
- Respecter les capacités de mobilité.
- Préserver les appuis et le confort.
- Adapter la hauteur et la position de travail.
- Préserver son propre corps et prévenir les troubles musculosquelettiques.
- Adapter la durée et le rythme du soin.

Mise en situation

À partir de situations professionnelles :

« La personne peut-elle recevoir le soin prévu ? Si oui, comment vais-je l'adapter ? »

Les participantes analysent plusieurs situations et construisent une proposition de soin adaptée.

JOUR 2 – EXPÉRIMENTER, ADAPTER ET ACCOMPAGNER

MATIN

7. Mise en pratique auprès de personnes âgées volontaires

La matinée est consacrée à une **immersion pratique au sein de la résidence**, auprès de personnes âgées volontaires.

Avant chaque intervention, les participantes sont invitées à observer et analyser la situation.

Observation

- Présentation et prise de contact.
- Observation de la posture et de la mobilité.
- Identification des capacités et éventuelles fragilités.
- Recueil des attentes et envies.
- Recherche du consentement.
- Choix du soin adapté.

Mise en pratique

En fonction de la situation rencontrée, les participantes peuvent proposer :

- Soin des mains ;
- Soin du visage ;
- Toucher de confort ;
- Modelage adapté ;
- Relaxation sensorielle ;
- Soin esthétique favorisant le confort et l'image de soi.

Adaptation en situation réelle

Les participantes expérimentent :

- L'installation ;
- La communication ;
- Le toucher ;
- Le rythme du soin ;
- La pression et l'intensité des gestes ;
- La durée de la prestation ;
- L'adaptation aux réactions de la personne ;
- Le respect des capacités et du consentement.

La formatrice observe les pratiques et apporte des corrections et conseils individualisés.

8. Analyse de pratiques

Retour collectif après les mises en situation :

- Qu'avons-nous observé ?
- Qu'est-ce qui a fonctionné ?
- Qu'avons-nous dû adapter ?
- Comment la personne a-t-elle réagi ?
- Quels signes avons-nous repérés ?
- Comment avons-nous respecté son autonomie ?
- Quelles difficultés avons-nous rencontrées ?
- Comment aurions-nous pu adapter davantage le soin ?

L'objectif est de transformer l'expérience vécue en **compétences professionnelles transférables**.

APRÈS-MIDI

9. La socio-esthétique face aux situations de fin de vie

Apports théoriques et échanges

- Comprendre les spécificités de la fin de vie.
- Les besoins de confort et de présence.
- La place du toucher dans l'accompagnement.
- Adapter les soins aux capacités et à l'état de fatigue.
- Privilégier le confort plutôt que la performance technique.
- Respecter les souhaits et le rythme de la personne.
- Importance du consentement et de l'écoute.
- Accompagner sans imposer.
- Place et limites de la socio-esthéticienne dans l'équipe pluridisciplinaire.
- Respect des convictions, des habitudes et de l'histoire de la personne.
- Préserver la dignité et l'image corporelle jusqu'à la fin de vie.
- Identifier les situations nécessitant de solliciter l'équipe soignante.

10. Adapter le toucher et les soins de confort

Travail autour de différentes possibilités :

- Toucher des mains ;
- Toucher du visage ;
- Effleurages doux ;
- Soins esthétiques courts ;
- Soins sensoriels ;
- Installation confortable ;
- Adaptation de la durée et du rythme.

Réflexion autour de la question :

« Quand la technique devient secondaire, qu'est-ce que je peux encore apporter ? »

11. Construire un accompagnement socio-esthétique individualisé

À partir de différentes situations professionnelles, les participantes construisent une proposition d'accompagnement.

Elles doivent identifier :

1. Qui est la personne ?
2. Quelles sont ses capacités et ses fragilités ?
3. Quels sont ses besoins et ses envies ?
4. Quels risques ou précautions dois-je prendre en compte ?
5. Quelle installation choisir ?
6. Quel soin proposer ?
7. Comment adapter ma communication ?
8. Comment respecter son autonomie et son consentement ?
9. Quand dois-je solliciter l'équipe ?
10. Comment évaluer le confort de la personne après le soin ?

12. Mise en situation professionnelle finale

Chaque participante analyse une situation et présente une proposition de soin adaptée.

Elle doit être capable de justifier :

- Son choix de soin ;
- Son installation ;
- Ses adaptations techniques ;
- Sa communication ;
- Les précautions prises ;
- Les limites de son intervention.

Un retour individualisé est réalisé par la formatrice.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques illustrés par des situations professionnelles.
- Échanges et questionnement collectif.
- Études de cas.
- Exercices pratiques.
- Mises en situation professionnelles.
- Démonstrations de la formatrice.
- Pratique auprès de personnes âgées volontaires en résidence.
- Analyse de pratiques.
- Corrections et accompagnement individualisés.

La formation privilégie une **pédagogie active et expérientielle**, permettant aux participantes de faire le lien entre les connaissances théoriques et les réalités rencontrées sur le terrain.

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Salle adaptée à la formation et à la pratique.
- Fauteuils et matériel permettant différentes installations.
- Matériel et produits nécessaires aux soins socio-esthétiques.
- Supports pédagogiques remis aux participantes.
- Études de situations professionnelles.
- Mise à disposition d'un environnement réel en résidence pour les mises en situation auprès de personnes âgées volontaires.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Avant la formation

- Test de positionnement permettant d'identifier les connaissances et l'expérience des participantes.

Pendant la formation

- Évaluation formative lors des exercices et mises en situation.
- Observation de la posture professionnelle et des capacités d'adaptation.
- Questionnement oral et analyse des situations rencontrées.

En fin de formation

- Évaluation des acquis.
- Mise en situation professionnelle finale.
- Analyse d'une situation et construction d'une proposition de soin adaptée.
- Auto-évaluation des compétences acquises.

ACCESSIBILITÉ

Formation accessible aux personnes en situation de handicap, sous réserve d'une étude préalable des besoins spécifiques afin de mettre en place les adaptations nécessaires.

Un échange préalable avec la formatrice permet d'identifier les éventuelles adaptations pédagogiques, matérielles ou organisationnelles.