INSTITUT NATIONAL
DE LA KINÉSITHÉRAPIE

Optimiser la kinésithérapique dans le cadre du maintien de l'autonomie des séniors à domicile : adoptez une démarche EBP !
Classe virtuelle

DUREE

Quatre demi-journées (9h-12h30):
- 14 heures de formation

NOMBRE DE STAGIAIRES

- Minimum : 8 (sauf cas exceptionnels)
- Maximum : 20

FORMATEUR

Damien OLIVON – Masseur-kinésithérapeute Rééducateur DE – Formateur PRAP- co-concepteur et animateur programme ETP prévention des chutes-

Contexte et enjeux :

Le vieillissement de la population et la perte d'autonomie constituent aujourd'hui l'une des principales préoccupations du système de santé. La transition démographique représente un bouleversement fondamental pour la société dans son ensemble. Alors que l'espérance de vie continue à progresser en France, l'espérance de vie en bonne santé reste stable, à un niveau inférieur à la moyenne européenne. L'avancée de la médecine permet de maintenir en vie, mais en créant de la polypathologie chronique. Cela engendre un coût important pour la prise en charge de la dépendance et de la santé, un coût financier mais aussi humain. Avec l'avancée en âge des papy-boomers, l'enjeu actuel est de pouvoir faire face au risque d'un « épidémie de dépendance ».
Suite aux nombreux rapports sur le grand âge et l'autonomie, mettant en avant que « l'autonomie, c'est pouvoir choisir sa vie jusqu'au bout, avoir le libre choix », l'attractivité des métiers du grand âge (rapports Libault et el Khomri), face à la pénurie de soignants et au coût de prise en charge en EHPAD, et afin de respecter la volonté des seniors, un des enjeux forts de santé publique est actuellement le maintien à domicile. Pour réussir ce défi, il est primordial d'agir le plus précocement possible afin de prévenir le risque de perte d'autonomie et de permettre de « vieillir en bonne santé ». Il s'agit d'un changement de paradigme, passer du curatif au préventif, exprimé très concrètement par les pouvoirs publics dans le cadre de « ma santé 2022 » et plus récemment du « plan antichute ». Ainsi, conformément au rapport Libault, l'ambition est de « passer de la gestion de la dépendance au soutien à l'autonomie ».

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

INSTITUT NATIONAL
DE LA KINÉSITHÉRAPIE

La première cause de mortalité chez les plus de 65 ans est la chute, avec 2 millions de chutes par an entraînant 130 000 hospitalisations et 10 000 morts par an. Une chute est très fréquemment le signe d'une fragilité, la porte d'entrée dans la dépendance avec l'apparition de la peur de rechuter, entraînant un cercle vicieux de perte de capacités. Les capacités d'adaptation au risque de chute accidentelle déclinent régulièrement avec l'avancée en âge. De nombreux facteurs intrinsèques ou extrinsèques peuvent favoriser la chute. Les conséquences en termes de mortalité et de morbidité justifient une démarche de prévention systématique, multidomaines et pluridisciplinaire. Afin de prévenir et de prendre en charge ce risque de chute, il est indispensable de travailler en pluridisciplinarité, tout au long du parcours du patient. Les recommandations de la HAS, de la SFGG et des Gérontopoles permettent de faire évoluer nos outils d'évaluation et de favoriser les échanges entre professionnels, mais aussi entre professionnels et patients, permettant au masseur-kinésithérapeute de se positionner, par son expertise, en référent de la prévention des chutes, du maintien de l'autonomie et du « bien vieillir »

Le résumé, adapté au format distanciel

Cette formation, transposée en classe virtuelle synchrone, permet une remise à jour complète des évaluations selon les données actuelles de la science, du diagnostic kinésithérapique et des traitements kinésithérapiques gériatriques selon les critères de pratiques factuelles (EBP), justifiant la nécessité de traitements préventifs à la perte d'autonomie. Ce format interactif à distance est conçu pour maximiser les partages cliniques à travers des outils numériques de collaboration.
La formation permet au kinésithérapeute d'intégrer le dispositif ICOPE de l'OMS en apprenant à utiliser à distance l'application dédiée pour repérer le risque de perte d'autonomie et diagnostiquer la fragilité de la mobilité. De plus, elle lui apporte l'ensemble des éléments nécessaires à l'évaluation du risque de chute et de ses causes fonctionnelles afin d'éviter le cercle vicieux de réduction d'activité, permettant l'élaboration d'un plan d'action efficient et positionnant le professionnel comme un acteur indispensable du plan gouvernemental antichute.
Un approfondissement particulier est apporté à la rééducation posturo-motrice et des activités posturales anticipées conformément à l'avancée de la recherche, via le décryptage de capsules vidéos techniques et d'analyses guidées. Le programme sensibilise également à la prévention de la dépendance iatrogène évitable et au bon usage des aides techniques (visant la rééducation avant la compensation). À l'aide de simulations numériques et d'ateliers en sous-groupes virtuels, les participants apprennent à rédiger des synthèses d'évaluation précises, à poser un diagnostic kinésithérapique rigoureux et à co-construire avec le senior des objectifs réalistes.

Objectifs généraux :

- Positionner le kinésithérapeute en acteur de santé publique préventeur, investi dans l'exercice coordonné pluridisciplinaire médical et social, connaissant les ressources territoriales et utilisant les outils numériques.
- Être acteur de prévention et effectuer une approche fonctionnelle globale multisystémique et intégrée dans le maintien de la santé et la prise en soins des seniors, au-delà de l'identification des pathologies et de leur seul traitement.

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

INSTITUT NATIONAL
DE LA KINÉSITHÉRAPIE

- Placer le kinésithérapeute en acteur du « vieillir en bonne santé »
- Contribuer au maintien de l'autonomie par une prévention précoce et une qualité de la prise en soins intégrant la prise en compte de l'environnement du senior non dépendant et participant à sa motivation.
- Proposer des actions de prévention primaire ou de prises en soins adaptées, concertées et co-construites avec le sénior.

Objectifs spécifiques :

A l'issue de ce stage, le stagiaire sera en capacité de :

- Savoir repérer les personnes à risque de perte d'autonomie selon les critères ICOPE et par l'application d'outils et logiciels dédiés (Icope Monitor, base de données…).
- Savoir réaliser et utiliser un Bilan et un Diagnostic Kinésithérapique (BDK), initial et de suivi, selon les recommandations de la HAS, de l'OMS et des données actuelles de la science (EBP).
- Savoir évaluer et tracer la nécessité et les objectifs de rééducation via le BDK, après une évaluation de l'intégrité structurelle, de l'indépendance fonctionnelle et de l'autonomie situationnelle mis en regard avec les projets du senior résidant à domicile.
- Savoir évaluer le risque de perte d'autonomie et le risque de chute au sein d'un BDK.
- Savoir être initiateur et acteur de la coordination des soins, en travaillant en pluridisciplinarité et transversalité (communication, traçabilité numérique, élaboration conjointe d'objectifs).
- Savoir co-élaborer des objectifs et un programme rééducatif, avec le senior et avec les autres professionnels de santé.
- Connaître les bases de l'entretien motivationnel permettant au senior d'être acteur de ses soins (transposable en télésoin ou consultation).
- Savoir communiquer aux intervenants les éléments nécessaires à la sollicitation des capacités fonctionnelles du résident et à la prévention des TMS des intervenants.
- Savoir travailler en concertation avec les autres professionnels et les acteurs ressources de son territoire (CPTS, MSP, MSP, réseaux).
- Savoir rééduquer les troubles fonctionnels et le risque de chute altérant le domaine de la mobilité, et mettre en place des actions correctives en rendant le senior acteur de son autonomie.
- Savoir mettre en place et évaluer des ateliers de prévention des chutes fonctionnels et éducatifs, dont des activités physiques adaptées selon des critères d'efficience.
- Savoir conseiller et accompagner le senior à l'aménagement et l'adaptation de son environnement selon l'évolution de ses capacités fonctionnelles.

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

INSTITUT NATIONAL
DE LA KINÉSITHÉRAPIE

Déroulé pédagogique

Premier jour : 9h00-12h30 & 14h00-17h30

Horaires	Séquences et Contenus Pédagogiques	Modalités Distancielles et Interactivité
09h00 - 10h30	**Introduction et Positionnement Professionnel :** Présentation et tour de table des attendus. Partage sur la représentation du senior, remise en question des a priori, auto-évaluation du positionnement professionnel dans l'exercice coordonné (transmission, BDK...), importance du travail pluridisciplinaire et nécessité de l'écrit.	Tour de table virtuel (micro/caméra). Utilisation d'un tableau blanc interactif pour recueillir les représentations initiales des stagiaires.
10h30 - 12h30	**Démographie, Cadre Politique et Physiologie :** Restitution des grilles « Pré-formation » (pré-test) et auto-évaluation des pratiques (EPP). Évolution démographique, vieillissement de la population, espérance de vie en bonne santé. Coût financier et humain de la dépendance, impact sur les aidants. Rapports grand âge (Libault, el Khomri), Plan national antichute. Notion d'âgisme (ONU). Physiologie du vieillissement normal vs pathologique. Rééducation vs compensation, prévention primaire/secondaire/tertiaire. Changement de paradigme vers le préventif. Structures coordonnées (ESCAP, ESP, MSP, CPTS).	Restitution partagée des résultats du pré-test. Exposé interactif avec diaporama partagé à l'écran, entrecoupé de sondages en temps réel (type Kahoot / Poll Everywhere) pour dynamiser l'acquisition théorique.
14h00 - 16h00	**Concept de Fragilité et Démarche ICOPE :** Développement du concept de la fragilité et du risque de	Démonstration en partage d'écran de l'application ICOPE Monitor. Exercice pratique individuel guidé :

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

Horaires	Séquences et Contenus Pédagogiques	Modalités Distancielles et Interactivité
	perte d'autonomie multi-domaines (mobilité, thymie, cognition, nutrition, sensoriel et social). Définition de la chute et facteurs de risques. Apport neuro-psychologique (peur de chuter, syndrome de désadaptation psychomotrice). Risque de chute et dénutrition. Présentation du programme ICOPE de l'OMS (étapes 1 à 5). Pratique guidée : utilisation de l'application numérique ICOPE Monitor pour le Step 1 et traitement de la base de données pour le Step 2. Présentation des modes de financement.	simulation de saisie de cas cliniques sur l'application par les stagiaires connectés sur leurs supports numériques.
16h00 - 17h30	**Évaluation Approfondie des Domaines :** Évaluation de repérage (Step 1) de chaque domaine selon le programme ICOPE (mobilité, cognition, humeur, nutrition, troubles bucco-dentaires, audition, vision) avec application pratique. Place du kinésithérapeute dans le Step 2, parcours de soins et pluridisciplinarité. Approfondissement de l'évaluation des troubles de la mobilité (tests cliniques EBP et batteries de tests).	Travail en salons de sous-groupes (Breakout rooms) : analyse de cas cliniques gériatriques fictifs et sélection des batteries de tests d'évaluation de la mobilité appropriées, suivi d'une mise en commun sur le grand groupe.

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

INSTITUT NATIONAL DE LA KINÉSITHÉRAPIE

Deuxième Jour (08h30 - 12h00 & 13h30 - 17h00)

Horaires	Séquences et Contenus Pédagogiques	Modalités Distancielles et Interactivité
08h30 - 10h30	**Le BDK et le Diagnostic Kinésithérapique :** Résumé de la veille et partage. Problématiques spécifiques des seniors et besoins de l'entourage. Évaluation des projets du senior. Établissement d'un diagnostic kinésithérapique permettant la co-élaboration d'objectifs précis professionnel-patient. Contraintes et intérêts du BDK, formalisation type (support, contenu, cadre législatif et conventionnel). Exercice de traçabilité : BDK initial et de suivi. Cas cliniques de rédaction.	Atelier pratique d'écriture en sous-groupes numériques : rédaction collective d'un Diagnostic Kinésithérapique et structuration d'un BDK gériatrique type sur un document partagé en ligne, puis correction croisée.
10h30 - 12h00	**Élaboration du Programme de Rééducation :** Conception d'un programme de rééducation kinésithérapique intégré au plan de prévention pluridisciplinaire. Intégration de l'éducation thérapeutique (ETP), de l'entretien motivationnel et de l'apprentissage de l'auto-traitement (suivi via ICOPE Monitor). Efficience de la kinésithérapie préventive (maintien de l'intégrité structurelle pour l'indépendance fonctionnelle). Place et critères de mise en place de l'Activité Physique Adaptée (APA). Rééducation ciblant les objectifs individualisés et évaluation de son efficacité.	Analyse de vidéos cliniques de séquences de communication patient-thérapeute. Jeux de rôles en binômes dans les salons virtuels pour s'exercer aux techniques de l'entretien motivationnel.

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

Horaires	Séquences et Contenus Pédagogiques	Modalités Distancielles et Interactivité
13h30 - 15h30	**Approfondissements Techniques et Coordination Électronique :** Approfondissement de la rééducation posturo-motrice pro-active (anticipations posturales) et réactive adaptée au cabinet et au domicile. Travail en pluridisciplinarité et continuité des soins : transmission d'informations via les outils numériques de santé (messageries sécurisées, DMP, Mon Espace Santé...). Utilisation des aides techniques à la marche et aux transferts dans une visée de récupération fonctionnelle. Prévention des TMS des intervenants à domicile et de la dépendance iatrogène évitable (DIE). Valorisation de la complémentarité professionnelle.	Diffusion et décryptage de capsules vidéos techniques démontrant la rééducation posturo-motrice pro-active. Quiz interactif sur les critères de choix des aides techniques et étude de scénarios de transmission numérique sécurisée.
15h30 - 17h00	**Environnement, Ressources Territoriales et Synthèse :** Évaluation des besoins et utilisation des aides techniques d'adaptation (alimentation, chaussage, vision, audition). Aménagement de l'environnement et de l'habitat, sécurisation face au risque de chute et dispositifs de signalement (téléassistance, applications). Identification des ressources territoriales (conférences des financeurs, réseaux, DAC).	Brainstorming sur l'adaptation d'un plan de logement via un outil de dessin partagé. Post-test final en ligne. Recueil des fiches d'auto-engagement individuelles via un formulaire numérique et conclusion de la formation.

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK

Horaires	Séquences et Contenus Pédagogiques	Modalités Distancielles et Interactivité
	Éducation thérapeutique adaptée à la pratique libérale : élaboration, animation et évaluation d'un atelier de prévention des chutes. Synthèse de la session, plan d'auto-engagement pour le lendemain et temps de partage.	

Méthode pédagogique utilisée pour la classe virtuelle

La formation s'appuie sur les standards de la pédagogie des adultes, transposée dans un environnement numérique de manière hautement interactive :

- **Méthode participative / interrogative :** Échanges d'expériences et débats animés par le formateur via la caméra, le micro et le module de messagerie instantanée (chat) de la plateforme de visioconférence.
- **Méthode expérientielle :** Déconstruction des croyances et représentations obsolètes à travers des cas cliniques complexes analysés de manière autonome ou collective, forçant l'apprenant à rebâtir un raisonnement clinique EBP.
- **Méthode expositive :** Apports théoriques et cognitifs distillés à l'appui d'un diaporama PowerPoint dynamique partagé à l'écran, rythmé par des questions/réponses régulières.
- **Méthode démonstrative et active à distance :** Utilisation de supports multimédias (capsules vidéos techniques, démonstrations du formateur en direct face caméra) complétée par des ateliers en salons virtuels de sous-groupes (Breakout rooms) pour la co-conception de grilles d'évaluation, de plans de soins et d'exercices de traçabilité.

Méthodes d'évaluation de l'action proposée

- **Évaluation des Pratiques Professionnelles (EPP) :** Questionnaire d'évaluation des connaissances et des pratiques « pré-formation » (pré-test en ligne envoyé avant la session synchrone) suivi d'une analyse partagée des écarts en début de premier jour.
- **Évaluation des acquis de la formation :** Questionnaire « post-formation » (post-test identique réalisé sur plateforme d'évaluation numérique en fin de J2) pour mesurer la progression cognitive.
- **Évaluation de la satisfaction :** Questionnaire de satisfaction immédiate électronique complété par les stagiaires en fin de parcours, et questionnaire de suivi à distance (impact sur les pratiques à moyen terme).

3 rue Lespagnol
75020 PARIS

tél : 01 44 83 46 71

secretariat@ink-formation.com
www.ink-formation.com

N° de déclaration d'activité : 11 75 489 83 75
ce numéro ne vaut pas agrément de l'état
Libeller les chèques à l'ordre de sarl INK