

ALZHEIMER : COMPRENDRE LA MALADIE ET TROUVER DES SOLUTIONS POUR LE QUOTIDIEN

FORMATION EN LIGNE POUR LES FAMILLES

Pour les conjoints, enfants, parents et aidants familiaux de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

Comprendre Alzheimer et son impact au quotidien, conseils concrets pour sécuriser, communiquer et préserver l'autonomie

Durée : 1 à 2 heures	Modules : 4 modules
Leçons : 10 leçons	Public : Aidants familiaux et proches de personnes atteintes d'Alzheimer
Format : 100 % en ligne, asynchrone	Organisme : N° 11757351875
Certification : Qualiopi	Tarif : Sur devis

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Description de la formation

Cette formation vous donne des repères clairs pour comprendre la maladie d'Alzheimer et son évolution. Vous y apprendrez pourquoi apparaissent les troubles de mémoire, d'attention et de communication, et surtout comment ils impactent le quotidien. À travers des conseils concrets et faciles à mettre en place, vous saurez adapter l'environnement à la maison, sécuriser les gestes du quotidien et préserver la qualité de vie de votre proche... et la vôtre. Vous repartez avec des solutions simples, concrètes et immédiatement applicables pour gagner en sérénité, redonner confiance à la famille et valoriser la personne concernée au cœur des décisions.

Sommaire des modules

MODULE 1	Comprendre la maladie	3 leçons
MODULE 2	Vivre avec Alzheimer au quotidien	3 leçons
MODULE 3	Le rôle de l'entourage	3 leçons
MODULE 4	DYNSEO pour accompagner une personne avec Alzheimer	1 leçon

Objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Différencier le vieillissement normal de la maladie d'Alzheimer (mécanismes, facteurs de risque)
- Repérer les symptômes typiques et situer le stade (léger, modéré, avancé)
- Comprendre l'impact sur les différents types de mémoire et sur la communication
- Sécuriser le domicile pièce par pièce et mettre en place des repères visuels
- Préserver l'autonomie : routines, gestes simplifiés, participation active
- Maintenir le lien familial : activités adaptées (photos, musique, cuisine, promenades)
- Adopter une communication positive : phrases courtes, patience, valorisation plutôt que correction
- Soutenir l'aidant : reconnaître ses émotions, prévenir l'épuisement, mobiliser l'entourage
- Structurer un plan d'accompagnement pour la qualité de vie au quotidien
- Stimuler les fonctions cognitives avec DYNSEO EDITH (30+ jeux adaptés) et suivre les progrès

Informations générales

Durée	1 à 2 heures de formation réparties en modules progressifs
Public visé	Conjoints, enfants, parents et aidants familiaux de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer qui souhaitent mieux comprendre la maladie et acquérir des stratégies concrètes pour accompagner leur

	proche au quotidien
Prérequis	Aucun, formation accessible à tout public adulte
Tarif	Sur devis - TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certification	Qualiopi - Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO - N° de déclaration d'activité : 11757351875

Leçon 1 - Comprendre les pathologies liées à l'âge

- Distinguer vieillissement naturel et maladies neurodégénératives
- Identifier les facteurs de risque : âge, hérédité, mode de vie
- Agir sur les facteurs modifiables : activité physique, relations sociales, alimentation
- Reconnaître les conséquences cognitives, motrices et émotionnelles
- Différencier la personne de la maladie : les symptômes ont une explication médicale

Leçon 2 - La maladie d'Alzheimer : symptômes et évolution

- Comprendre les dépôts anormaux dans le cerveau et la mort progressive des neurones
- Identifier les premiers signes : oublis fréquents, répétitions, perte d'objets
- Repérer les autres fonctions touchées : langage, orientation spatiale
- Connaître les trois stades d'évolution : léger, modéré, avancé
- Reconnaître l'impact émotionnel : anxiété, irritabilité, changements de personnalité

Leçon 3 - Impact sur la mémoire et la communication

- Comprendre l'atteinte de la mémoire récente et la préservation des souvenirs anciens
- Identifier les troubles du langage : anomie, périphrases, difficultés à suivre une conversation
- Reconnaître les émotions associées : insécurité, anxiété, honte, repli
- Adapter sa communication : parler simplement, reformuler sans juger, laisser du temps

Leçon 1 - Aménagement du domicile pour plus de sécurité

- Sécuriser salon et couloirs : espaces dégagés, bon éclairage, suppression des tapis glissants
- Adapter la cuisine : coupure automatique du gaz, rangement sécurisé des produits ménagers
- Équiper la salle de bain : tapis antidérapants, barres d'appui, chaise de douche
- Aménager la chambre : éclairage doux, chemin dégagé vers les toilettes
- Installer des repères visuels : étiquettes ou photos sur les portes pour faciliter l'orientation

Leçon 2 - Préserver l'autonomie au quotidien

- Simplifier les choix : proposer deux options plutôt qu'une multitude
- Maintenir les habitudes : les routines rassurent et structurent la journée
- Utiliser des aides visuelles : horloge, calendrier, étiquettes sur les placards
- Encourager la participation : plier le linge, éplucher les légumes, maintenir le sentiment d'utilité
- Adapter le rythme : laisser du temps, éviter de faire à la place trop vite

Leçon 3 - Préserver le lien familial

- Valoriser la qualité de présence plutôt que la quantité : un sourire, une main tenue suffisent
- Proposer des activités partagées : chanter, regarder des photos, cuisiner, se promener
- Adapter la communication : phrases simples, ne pas corriger sans arrêt
- Valoriser la personne : encourager, féliciter les petites réussites
- Impliquer la famille élargie : même des visites courtes sont bénéfiques

Leçon 1 - Le vécu des proches et des aidants

- Reconnaître les émotions normales : peur, fatigue, culpabilité, solitude
- Valoriser aussi les émotions positives : moments de complicité, petites victoires
- Accepter qu'on ne peut pas tout faire seul : chercher du soutien
- Prendre soin de soi : temps de pause, repos, activités personnelles

Leçon 2 - Maintenir la qualité de vie ensemble

- Savourer les petites joies du quotidien : repas, musique, promenades, rires partagés
- Maintenir une activité physique et cognitive adaptée
- Utiliser la communication positive : mots encourageants, valorisation des réussites
- Adapter l'environnement : simplifier, organiser, réduire les sources de stress
- Partager des activités créatives : chansons, albums photo, activités artistiques

Leçon 3 - Favoriser la communication positive

- Adopter un ton doux et rassurant, regarder dans les yeux
- Utiliser des phrases courtes et claires, découper les informations en étapes
- Faire preuve de patience : laisser le temps, accepter les silences
- Valoriser ce qui est exprimé même si la réponse est incomplète
- S'adapter aux autres formes de communication : regard, gestes, toucher, objets concrets

MODULE 4

DYNSEO pour accompagner une personne avec Alzheimer

1 leçon

Leçon 1 - Edith, votre coach mémoire

- Découvrir EDITH : plus de 30 jeux adaptés pour stimuler mémoire, organisation, langage
- Utiliser des jeux pour stimuler les souvenirs : "Une Carte, Une Date", "Mamie Cuisine"
- Proposer des activités ludiques perçues comme des jeux agréables
- Valoriser les capacités préservées en complément des traitements
- Jouer seul ou à deux avec un proche pour renforcer le lien familial

Modalités pédagogiques

- Formation 100% en ligne, accessible depuis ordinateur ou tablette
- Progression à votre rythme, sans contrainte de temps
- Modules progressifs avec contenus théoriques et conseils pratiques
- Supports pédagogiques : vidéos, fiches récapitulatives, exemples concrets
- Accès illimité pendant toute la durée de la formation
- Bonus : découverte de l'application DYNSEO EDITH avec plus de 30 jeux adaptés