

TRISOMIE 21 EN ÉTABLISSEMENT

ACCOMPAGNEMENT GLOBAL

Formation destinée aux équipes éducatives et professionnels accompagnant des personnes porteuses de trisomie 21 en ESAT, foyer de vie, IME ou SESSAD

Comprendre les particularités, adapter ses pratiques et favoriser l'autonomie au quotidien

Durée : 14 heures	Modules : 8 modules
Leçons : 26 leçons	Public : Équipes éducatives et professionnels en établissement
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 offre une compréhension approfondie des particularités motrices, cognitives et émotionnelles liées à la trisomie 21, et vous donne des outils concrets pour adapter votre accompagnement au quotidien. Vous découvrirez pourquoi les gestes simples demandent plus d'effort, comment faciliter la communication, et comment créer un environnement favorable à l'autonomie. À travers des stratégies pratiques directement applicables en établissement, vous apprendrez à utiliser les routines et les supports visuels, à accompagner la gestion des émotions, à favoriser la socialisation et l'inclusion, et à gérer les comportements difficiles. Vous adapterez également votre posture à l'accompagnement des adultes, dans le respect de leur dignité et de leur autodétermination.

Sommaire des modules

MODULE 1	Comprendre le Développement et les Particularités	4 leçons
MODULE 2	Développer la Communication	4 leçons
MODULE 3	Favoriser l'Autonomie : Routines et Outils Visuels	3 leçons
MODULE 4	Accompagner la Gestion des Émotions	3 leçons
MODULE 5	Favoriser la Socialisation et l'Inclusion	3 leçons
MODULE 6	Gestion des Comportements Difficiles	3 leçons
MODULE 7	Adapter l'Accompagnement à l'Âge Adulte	3 leçons
MODULE 8	Les Applications DYNSEO pour Accompagner une Personne avec Trisomie 21	2 leçons

Objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les particularités motrices et cognitives liées à la trisomie 21
- Identifier les besoins en communication et créer un environnement facilitant
- Utiliser les routines et supports visuels pour développer l'autonomie
- Accompagner la gestion des émotions et prévenir les débordements
- Favoriser la socialisation, l'inclusion et enseigner les compétences sociales
- Analyser et gérer les comportements difficiles comme communication
- Adapter l'accompagnement à l'âge adulte en respectant l'autodétermination
- Travailler en équipe pluridisciplinaire et avec les familles

Informations générales

Durée	2 jours (14 heures) répartis en 8 modules progressifs
--------------	---

Public visé	Équipes éducatives et professionnels accompagnant des personnes porteuses de trisomie 21 en ESAT, foyer de vie, IME ou SESSAD souhaitant approfondir leur compréhension des particularités et développer des stratégies d'accompagnement concrètes
Prérequis	Aucun, formation accessible à tout professionnel du secteur médico-social
Tarif	630 € TTC
Certification	Qualiopi - Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO - N° de déclaration d'activité : 11757351875

Leçon 1 - Leçon 1 : Les Particularités Motrices - Hypotonie et Hyperlaxité

- L'hypotonie : diminution du tonus musculaire nécessitant plus d'effort pour les mouvements
- L'hyperlaxité : souplesse excessive des articulations réduisant leur stabilité
- Interaction hypotonie-hyperlaxité expliquant les particularités motrices observées
- Adaptation professionnelle : pauses fréquentes, rythme adapté, aménagements ergonomiques

Leçon 2 - Leçon 2 : L'Impact sur l'Équilibre, la Posture et les Déplacements

- Équilibre demandant plus d'effort et de concentration avec comportements d'adaptation
- Posture nécessitant un effort constant, expliquant les positions économes en énergie
- Démarche spécifique comme stratégie de compensation, pas défaut à corriger
- Aménagements : espaces sécurisés, temps de déplacement réalistes, aides techniques sans stigmatisation

Leçon 3 - Leçon 3 : Les Particularités Cognitives et Leur Impact au Quotidien

- Temps de traitement plus long : laisser 10-15 secondes avant de reformuler
- Mémoire de travail limitée : une consigne à la fois avec supports visuels
- Pensée abstraite difficile : consignes concrètes, spécifiques et observables
- Mémoire à long terme et compréhension visuelle comme forces à exploiter

Leçon 4 - Leçon 4 : Pourquoi les Gestes du Quotidien Demandent Plus d'Effort

- Effort musculaire accru et coordination complexe pour chaque geste quotidien
- Gestes fins nécessitant force et contrôle précis avec concentration considérable
- Fatigue cumulative se manifestant par baisse de qualité, irritabilité et refus
- Implications pratiques : pauses régulières, activités fractionnées, outils ergonomiques adaptés

Leçon 1 - Leçon 1 : Comprendre les Particularités de la Communication

- Hypotonie oro-faciale rendant certains sons difficiles à produire
- Développement du langage à rythme différent sans refléter l'intelligence
- Expressivité non verbale souvent très développée comme langage à valoriser
- Compréhension supérieure à l'expression : parler normalement, ne pas simplifier excessivement

Leçon 2 - Leçon 2 : Les Signes de Frustration Liés à la Communication

- Colères apparentes sans raison comme explosions de frustration communicative
- Retrait et silence témoignant d'un découragement profond à surveiller
- Débordements émotionnels signant l'accumulation de frustrations non exprimées
- Comportements difficiles comme tentatives de communication à décoder

Leçon 3 - Leçon 3 : Créer un Environnement qui Facilite la Communication

- Pictogrammes et photos réelles comme supports visuels puissants
- Gestes et signes soutenant la parole sans la remplacer
- Phrases courtes, consignes positives, formulations stables et multimodales
- Supports visuels renforçant la communication globale sans retarder le langage oral

Leçon 4 - Leçon 4 : Soutenir la Communication au Quotidien

- Bain de langage en commentant actions pour nourrir le vocabulaire passif
- Reformulation et expansion enrichissant les phrases sans correction directe
- Attente bienveillante laissant du temps sans anticiper systématiquement les besoins
- Célébration de chaque effort communicatif même imparfait

Leçon 1 - Leçon 1 : Le Rôle Fondamental des Routines

- Prévisibilité sécurisante libérant énergie cognitive pour les tâches
- Répétition favorisant automatisation et ancrage en mémoire à long terme
- Sentiment de contrôle développant estime de soi et motivation

- Chaînage arrière : technique efficace terminant par une réussite valorisante

Leçon 2 - Leçon 2 : Créer et Utiliser les Supports Visuels

- Séquentiels visuels décomposant activités étape par étape avec photos réelles
- Plannings visuels collectifs ou individuels pour anticiper la journée
- Choix binaires facilitant décisions tout en donnant sentiment de contrôle
- Supports à créer précisément, numérotés et fixés au lieu d'utilisation

Leçon 3 - Leçon 3 : Gérer les Transitions et les Changements

- Annonces progressives en plusieurs étapes préparant au changement
- Supports temporels visuels (Time Timer, sablier) concrétisant le temps
- Rituels de transition symbolisant et facilitant les passages
- Changements imprévus : explications calmes, nouveau programme visuel, accompagnement rassurant

MODULE 4

Accompagner la Gestion des Émotions

3 leçons

Leçon 1 - Leçon 1 : Comprendre le Vécu Émotionnel

- Émotions intenses avec difficultés d'identification, verbalisation et régulation
- Charge cognitive permanente réduisant capacités de régulation émotionnelle
- Manifestations brutes non choisies : crises, pleurs, débordements
- Déclencheurs prévisibles : changements, fatigue, communication difficile, surcharge sensorielle

Leçon 2 - Leçon 2 : Stratégies de Prévention

- Environnement physique apaisant avec espaces de retrait volontaire
- Thermomètre des émotions et roue des choix pour reconnaître et réguler
- Techniques sensorielles : pression profonde, objets sensoriels, mouvement, respiration
- Enseignement des outils en dehors des crises avec routines quotidiennes

Leçon 3 - Leçon 3 : Intervenir Lors d'un Débordement Émotionnel

- Sécurité prioritaire, maintien de son propre calme comme ancrage
- Réduction des stimulations et communication minimale pendant la crise
- Accompagnement du processus sans forcer l'arrêt, présence bienveillante
- Débriefing réflexif ultérieur pour construire conscience et compétences

MODULE 5

Favoriser la Socialisation et l'Inclusion

3 leçons

Leçon 1 - Leçon 1 : Comprendre les Particularités Sociales

- Sociabilité naturelle et chaleur humaine comme forces relationnelles
- Naïveté sociale résultant de difficultés à décoder codes implicites
- Malentendus fréquents : tactilité spontanée, interprétation littérale, rythme différent
- Rôle double : encourager relations positives et développer sens critique protecteur

Leçon 2 - Leçon 2 : Enseigner les Compétences Sociales

- Enseignement explicite des règles sociales avec supports visuels et routines
- Apprendre à refuser : compétence protectrice avec formules simples pratiquées
- Compréhension des émotions d'autrui avec photos, commentaires et liens situations-émotions
- Jeux de rôle sécurisés pour pratiquer présentations, demandes, refus et coopération

Leçon 3 - Leçon 3 : Créer un Environnement Inclusif et des Opportunités d'Interaction

- Favoriser interactions en établissement avec temps de convivialité et projets collectifs
- Vigilance sur dynamiques de groupe, intervention éducative sur exclusions
- Jeux de société adaptés comme supports d'apprentissage social coopératif
- Inclusion citoyenne : accompagnement vers commerces, loisirs, transports et vie sociale ordinaire

MODULE 6

Gestion des Comportements Difficiles

3 leçons

Leçon 1 - Leçon 1 : Comprendre l'Origine des Comportements

- Comportement comme communication d'un besoin ou d'une difficulté
- Causes fréquentes : communication limitée, fatigue, incompréhension, transitions, surcharge

- Devenir détective : observer patterns, contextes, moments pour identifier déclencheurs
- Adresser la cause plutôt que supprimer le symptôme

Leçon 2 - Leçon 2 : Stratégies de Prévention

- Structurer environnement et routines avec supports visuels
- Communication adaptée et moyens alternatifs d'expression des besoins
- Anticiper moments sensibles et renforcer systématiquement comportements positifs
- Adapter attentes à la réalité du moment avec intelligence situationnelle

Leçon 3 - Leçon 3 : Intervenir Lors d'un Comportement Difficile

- Refus : rester calme, reformuler, proposer choix limité, flexibilité sur la manière
- Agitation : sécuriser, canaliser énergie, activités sensorielles, réduire stimulations
- Cris : voix calme et basse, validation émotion, redirection vers moyen alternatif
- Après-crise : attente du calme, verbalisation simple, reprise activité normale

MODULE 7

Adapter l'Accompagnement à l'Âge Adulte

3 leçons

Leçon 1 - Leçon 1 : Les Spécificités de l'Accompagnement des Adultes

- Respect de la dignité et de l'autodétermination dans les choix de vie
- Éviter l'infantilisation : ton, activités, surveillance, intimité et relations affectives
- Apprentissages possibles tout au long de la vie adulte
- Vieillesse précoce : vigilance sur changements et adaptation sans dramatisation

Leçon 2 - Leçon 2 : Accompagner l'Autonomie et la Participation Sociale des Adultes

- En ESAT : adaptation postes, décomposition tâches, formation et évolution professionnelle
- En foyer : autonomie actes quotidiens, évaluation régulière, temps d'apprentissage respecté
- Vie affective et relationnelle : écoute, accompagnement respectueux, prévention des risques
- Inclusion citoyenne : compétences pratiques, partenariats locaux, autonomie progressive

Leçon 3 - Leçon 3 : Travailler en Équipe et avec les Familles

- Coordination pluridisciplinaire avec transmissions régulières et cohérence des pratiques
- Projet personnalisé impliquant la personne comme actrice de sa vie
- Familles comme partenaires avec expertise irremplaçable et dialogue régulier
- Prendre soin de soi et de l'équipe : reconnaître fatigue, soutien mutuel, demander aide

MODULE 8

Les Applications DYNSEO pour Accompagner une Personne avec Trisomie 21

2 leçons

Leçon 1 - Leçon 1 : COCO PENSE et COCO BOUGE

- Application 5-10 ans avec 30+ jeux adaptés et niveaux progressifs
- Pausages sportives obligatoires toutes les 15 minutes contre sédentarité
- Conception inclusive pour besoins particuliers avec consignes simples
- Mode deux joueurs favorisant socialisation et apprentissage partagé

Leçon 2 - Leçon 2 : JOE, Votre Coach Cérébral

- Programme 30+ jeux stimulant mémoire, attention, perception, langage, planification
- Approche ludique et motivante avec défis progressifs adaptés au niveau
- Suivi des performances renforçant confiance et persévérance
- Complément aux apprentissages quotidiens dans espace sûr et valorisant

Modalités pédagogiques

- Formation 100 % en ligne, accessible depuis ordinateur ou tablette
- Progression à votre rythme, sans contrainte d'horaire
- Accès pendant 1 an à l'ensemble des contenus pédagogiques
- Supports téléchargeables : séquentiels visuels, plannings, cartes de besoins, thermomètre des émotions, roue des choix, grilles d'analyse
- Bonus : découverte des applications COCO PENSE et COCO BOUGE (5-10 ans) et JOE coach cérébral (ados/adultes)
- Attestation de fin de formation délivrée par organisme certifié Qualiopi

