



FORMATIONS Pierre Flamion

SANTÉ & GESTES D'URGENCE



INFIRMIER



AIDE À L'ENDORMISSEMENT

Objectif



- Comprendre le sommeil et son rôle
- Identifier les différents sommeils
- Identifier les raisons du mauvais sommeil et leurs impacts
- Le sommeil de la personne âgée
- Corriger les impacts par des techniques d'aide à l'endormissement

Public



- Cette formation s'adresse au personnel soignant et veilleurs de nuit

Programme



DÉFINITION DU SOMMEIL ET SES CYCLES

- Lent
- Paradoxal
- Le rêve
- L'éveil

LES DIFFERENTS PROFILS DE DORMEUR

- Le bébé
- L'adulte
- Le 3^{ème} âge

LES TROUBLES DU SOMMEIL

- L'insomnie
- Les ronflements
- L'apnée du sommeil
- Le passage à l'heure d'hiver
- Le décalage horaire
- Le travail de nuit
- Les cauchemars
- La dette de sommeil
- Les moyens de communication : La télévision, l'ordinateur...



AIDE À L'ENDORMISSEMENT

Programme (suite)



LES MODIFICATIONS DUES À L'ÂGE

- Savoir observer
- Faire
- Proposer

LES BONNES CONDITIONS POUR BIEN DORMIR

TRAITEMENT NON MÉDICAMENTEUX ET MÉDECINES DOUCES

- Le rituel
- L'exercice physique
- L'autohypnose, la relaxation

TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX

Méthode & moyens pédagogiques



- Diaporama
- DVD
- Questionnaire
- Brainstorming
- Études de cas
- Ateliers
- Questionnaire

Formateur



Notre formatrice est diplômée d'un DE d'infirmière et de cadre de Santé. Elle a débuté sa carrière en qualité d'infirmière libérale, puis elle a par la suite intégré le milieu hospitalier pour exercer dans des unités de dialyse, de cancérologie... pour finir en tant que directrice adjointe d'un centre de rééducation fonctionnelle. Son parcours lui a permis de construire et de dispenser différentes formations telles que : Cadre de santé de nuit, ETP fatigue et douleur...ainsi que de rédiger différents protocoles et procédures.

Responsable pédagogique



Pierre FLAMION, ancien enseignant CESU, titulaire d'un DIU enseignement soins d'urgence et risques sanitaires. Infirmier anesthésiste avec 15 ans d'expérience dans les SAMU de la région parisienne (94 et 92). Il est également réserviste d'intervention auprès de l'EPRUS (Etablissement de Préparation et de Réponse aux Urgences Sanitaires) à la Plaine Saint-Denis (93). Au cours de ces années, il a effectué différentes missions « sanitaires » dans les soins d'urgence à l'étranger : Pakistan, Haïti, Gabon, Côte d'Ivoire...

Durée



- 2 jours

Lieu



- Sur site
- Minimum 6 personnes
- Maximum 12 personnes