

★ ÉDITION 2026



BLOC 1

Accompagner la personne au quotidien & prévenir les risques

Le pack d'entraînement du Bloc 1 : exercices, cas concrets, fiches théorie, jeux et corrigés détaillés — à partir du guide de référence ORACLE (référentiel DEAS 2021).

Module 1

Vie quotidienne

Module 2

Situations à risque

Théorie + Cas

+ jeux

Corrigés

détaillés

Sommaire du cahier

Le Bloc 1 regroupe l'accompagnement de la personne dans les activités de sa vie quotidienne et de sa vie sociale : **2 modules**, complets.

Module	Contenu
Module 1 Vie quotidienne	Accompagner la personne au quotidien : dignité, autonomie, sécurité, projet de vie. Exercices, théorie, cas concrets, jeux, corrigés.
Module 2 Situations à risque	Repérer, prévenir et alerter : chute, escarre, dénutrition, fausse route, infection, maltraitance. Exercices, théorie, cas concrets, jeux, corrigés.



Astuce de Chloé : avance module par module, dans l'ordre. Le Module 2 s'appuie sur les réflexes du Module 1 — et le Bloc 1 pose les bases de tout le diplôme.

★ ÉDITION 2026

MODULE 1 • BLOC 1

Accompagner la personne au quotidien



S'entraîner, comprendre et mémoriser — à partir du guide de référence ORACLE. Exercices, cas concrets et corrigés détaillés, alignés sur le référentiel DEAS 2021.



Méthode ORACLE
en 5 temps



Exercices variés
et concrets



Corrigés
pas à pas



Prêt IFAS & VAE
référentiel 2021



Ce cahier, c'est ton terrain d'entraînement. Il ne remplace pas le cours : il te fait **t'entraîner pour de vrai** sur ce qui tombe en IFAS et à la VAE. La règle du jeu ? Tu réponds **d'abord**, tu regardes le corrigé **ensuite**. Et tu t'autorises à te tromper : c'est comme ça qu'on apprend !

★ L'idée à ne JAMAIS oublier

L'aide-soignant n'exécute pas une tâche : **il accompagne une personne**. La tâche est le moyen, la personne est la finalité. Tout tient sur 4 piliers :



Dignité



Autonomie



Sécurité



Projet de vie

📖 Ton parcours dans le cahier

Étape	Ton défi
ABC A · Vocabulaire	Maîtriser les 4 mots qui changent tout.
🔍 B · Vrai / Faux	Démasquer les idées reçues et les pièges.
🎯 C · QCM	Choisir la bonne conduite à tenir.
✍️ D · À compléter	Ancrer les réflexes : observer, transmettre.
📖 E · Cas concrets	Raisonner sur de vraies situations.
★ F · Étude de situation	L'épreuve reine, avec la méthode en 5 temps.



Astuce de Chloé : travaille une étape par jour. 20 minutes régulières valent mieux que 3 heures d'un coup — et c'est bien plus fun !

Confondre ces mots, c'est mal accompagner. À toi de jouer !

A.1

RELIE LES PAIRES

Relie chaque mot à sa définition (écris la lettre dans la case ☐).

N°	Mot	☐	Définition
1	Autonomie		A. Besoin d'aide pour réaliser tout ou partie des actes du quotidien.
2	Dépendance		B. Limitation durable qui demande des adaptations, sans résumer la personne.
3	Fragilité		C. Capacité à décider pour soi et à faire ses choix.
4	Handicap		D. État instable qui augmente le risque (chute, dénutrition, isolement).

A.2

DIS-LE AVEC TES MOTS

C'est quoi « observer » pour un aide-soignant ?

.....

.....

A.3

LE PIÈGE

Bientraitance = juste « ne pas être maltraitant » ? Explique la différence.

.....

.....

A.4

QUIZ ÉCLAIR

Cite les 4 piliers de l'accompagnement

.....

.....



Coche, puis justifie en une phrase. C'est la justification qui fait la différence le jour J !

B.1 VRAI / FAUX

L'AS peut décider seul d'arrêter un régime alimentaire prescrit.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.2 VRAI / FAUX

Tutoyer spontanément une personne âgée = de la proximité bienveillante.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.3 VRAI / FAUX

Une personne très dépendante physiquement ne peut plus être autonome dans ses choix.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.4 VRAI / FAUX

Un repli sur soi inhabituel n'a pas à être transmis : ce n'est pas médical.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.5 VRAI / FAUX

Une rougeur qui ne blanchit pas à la pression peut attendre demain.

☐ Vrai ☐ Faux

.....



Une rougeur qui ne blanchit pas, c'est un signal d'alerte — garde l'œil ouvert dans le corrigé !



Une seule réponse est la meilleure. Coche-la !

C.1

QCM

Pour préserver l'intimité pendant la toilette, l'AS...

- ☐ a. Va vite pour que ce soit moins gênant.
- ☐ b. Frappe, ferme la porte, couvre et ne dénude que la zone nécessaire.
- ☐ c. Laisse la porte ouverte pour surveiller le couloir.
- ☐ d. Fait tout à la place de la personne pour gagner du temps.

C.2

QCM

Personne autonome dans ses choix mais très dépendante physiquement. L'AS...

- ☐ a. Décide à sa place, puisqu'elle ne peut pas faire seule.
- ☐ b. Respecte ses décisions et compense seulement ce qu'elle ne peut pas faire.
- ☐ c. Attend l'infirmier pour toute décision du quotidien.
- ☐ d. Fait tout à sa place pour aller plus vite.

C.3

QCM

Face à un refus de soin, la meilleure attitude est...

- ☐ a. Forcer doucement, c'est pour son bien.
- ☐ b. Noter « refus » et passer au suivant, point.
- ☐ c. Comprendre le refus, proposer autrement, revenir plus tard, transmettre.
- ☐ d. Appeler la famille pour qu'elle convainque la personne.

C.4

QCM

La famille demande « Quel est le diagnostic ? ». L'AS...

- ☐ a. Donne l'info médicale qu'il connaît pour rassurer.
- ☐ b. Explique que l'info médicale relève de l'IDE/du médecin, et oriente.
- ☐ c. Invente une réponse vague pour ne pas décevoir.
- ☐ d. Refuse de parler à la famille.

La bientraitance, c'est avant tout...

- ☐ a. Ne jamais faire de geste violent.
- ☐ b. Une attention active au confort, à la dignité et aux choix.
- ☐ c. Faire le plus de soins possible dans le temps imparti.
- ☐ d. Suivre le protocole sans se poser de question.



D.1 TEXTE À TROUS

« L'AS n'exécute pas une _____, il accompagne une _____.
La tâche est le _____ ; la personne est la _____. »

D.2 TRANSMISSION

Que transmet l'AS ? Écris le fait observé (pas une interprétation médicale).

Ce que l'AS observe	Ce qu'il transmet
N'a mangé que 2 cuillères au déjeuner.	
Rougeur au sacrum qui ne blanchit pas.	
Tousse à chaque gorgée pendant le repas.	
D'habitude bavarde, reste silencieuse et repliée.	

D.3 REMETS DANS L'ORDRE

Numérote la méthode de 1 à 5

- ☐ ☐ Adapter / réajuster
- ☐ ☐ Observer
- ☐ ☐ Transmettre
- ☐ ☐ Agir (accompagner)
- ☐ ☐ Analyser (besoins, fragilités, ressources)

D.4 DÉFI MÉMOIRE

Cite 2 signes de déshydratation à surveiller chez la personne âgée

.....

.....



Pour chaque cas : que fais-tu, dans quel ordre, et que transmets-tu ? Pense aux 4 piliers

E.1

SITUATION

Mme A. accepte la toilette du visage mais refuse le reste car elle a froid.

E.2

SITUATION

M. D., désorienté, s'agite et refuse de s'habiller.

E.3

SITUATION

Une personne tousse à chaque gorgée au repas.



- 1 **Observer** — ce que je constate (objectif) + ce que la personne exprime (subjectif).
- 2 **Analyser** — besoins prioritaires, fragilités, MAIS aussi ressources et capacités.
- 3 **Agir** — accompagner sans déposséder ; dignité, autonomie, sécurité, projet de vie.
- 4 **Adapter** — réajuster selon les réactions ; ralentir, proposer autrement, revenir plus tard.
- 5 **Transmettre** — le fait observé et ce qui a été adapté, clairement.

F.1 À TOI DE JOUER

Mme L., 84 ans, EHPAD. Depuis 2 jours : mange moins, marche moins bien, reste dans sa chambre. Ce matin à la toilette : rougeur au talon qui ne blanchit pas + grimace au mouvement. Service en sous-effectif.

1 · OBSERVER

2 · ANALYSER

3 · AGIR

4 · ADAPTER

5 · TRANSMETTRE

⚠ Le piège : une liste plate de gestes techniques, sans la personne. Reste **centré sur la personne** + montre ton raisonnement + tes limites + le réflexe de transmission = top note !

L'essentiel à retenir

Une page pour tout revoir d'un coup d'œil avant l'oral ou l'évaluation.

Les 4 exigences de l'accompagnement

L'AS n'exécute pas une tâche, il accompagne une personne. Chaque geste relie :

Dignité

Autonomie

Sécurité

Projet de vie

4 mots à ne jamais confondre

Mot	Définition
Autonomie	Capacité à décider pour soi. On peut être très dépendant physiquement et pleinement autonome dans ses choix.
Dépendance	Besoin d'aide pour réaliser les actes du quotidien ; se mesure acte par acte.
Fragilité	État instable qui augmente le risque (chute, dénutrition, isolement) → prévention.
Handicap	Limitation durable demandant des adaptations, sans résumer la personne.



Observer & transmettre : observer, c'est comparer à l'habituel et repérer l'écart. On transmet le **fait** (« a bu moins de 500 ml ») — jamais une interprétation médicale.

1

Observer — objectif + subjectif.

2

Analyser — besoins, fragilités, ressources.

3

Agir — accompagner sans déposséder.

4

Adapter — réajuster selon les réactions.

5

Transmettre — clairement, à l'équipe.

Cas concrets — à toi de raisonner

Pour chaque cas : que fais-tu, dans quel ordre, et que transmets-tu ? Appuie-toi sur les 4 exigences.

H.1

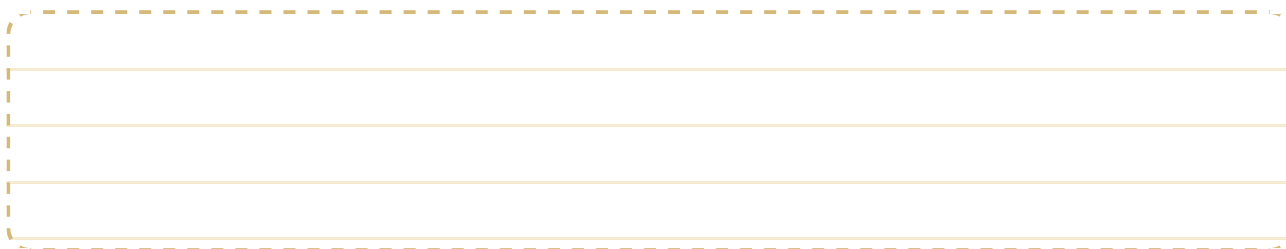
SITUATION

Mme G. tient à faire sa toilette seule mais n'arrive plus à laver son dos ; elle est gênée d'avoir besoin d'aide.

**H.2**

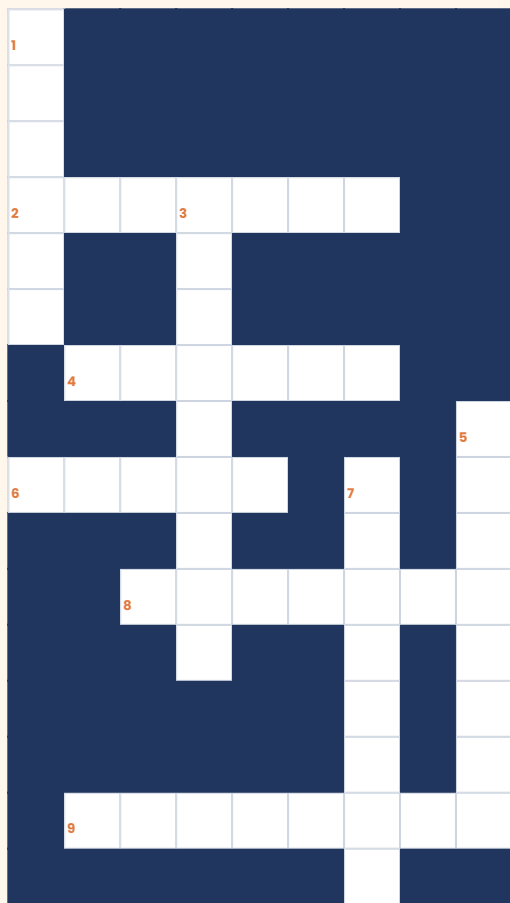
SITUATION

M. P. mange très lentement et repousse son assiette à moitié pleine depuis 3 jours. Il dit « ne pas avoir faim ».



Jeu 1 — Mots croisés

Complète la grille avec le vocabulaire du module. Les définitions sont en dessous.



HORIZONTAL

- 2. Lésion due à une pression prolongée (rougeur qui ne blanchit pas).
- 4. ___ de vie : habitudes, choix, histoire de la personne.
- 6. Bon ___ = meilleure humeur, appétit et sécurité.
- 8. Respecter la personne, ne jamais l'humilier.
- 9. Proposer à boire régulièrement, surtout la personne âgée.

VERTICAL

- 1. On la préserve en ne dénudant que la zone nécessaire.
- 3. Capacité à décider pour soi et faire ses choix.
- 5. Recueillir des infos et repérer un écart à l'habituel.
- 7. Soin emblématique du module, touche à l'intimité.



Astuce de Chloé : commence par les mots dont tu es sûr-e, les lettres communes t'aideront pour les autres !

Jeu 2 — Mots mêlés

Retrouve et entoure les 12 mots cachés (horizontal, vertical, diagonal — dans tous les sens).

T	P	H	I	F	W	A	Y	P	R	W	B	F	H	I
R	Y	Y	L	R	W	Q	Q	T	Y	F	M	Z	W	H
A	C	D	A	D	I	G	N	I	T	E	N	B	X	M
N	E	R	U	E	R	R	A	C	S	E	I	O	R	O
S	G	A	T	U	A	M	R	S	U	E	Q	E	Z	K
M	O	T	O	K	U	G	D	X	N	Z	P	U	W	E
E	D	E	N	G	H	M	C	T	J	O	R	Z	T	K
T	P	R	O	I	W	A	R	O	S	L	Q	I	C	B
T	R	O	M	K	R	A	B	U	N	Y	R	I	P	A
R	O	G	I	Z	I	S	C	N	E	U	Z	B	F	R
E	J	K	E	T	E	V	Z	E	C	D	P	E	Q	X
Q	E	V	A	R	W	O	P	E	S	W	U	C	Y	H
O	T	N	V	Q	R	J	S	X	R	U	F	P	Q	Q
R	C	E	I	J	E	T	T	E	L	I	O	T	V	M
E	R	T	G	J	E	R	Q	I	S	P	G	N	R	D

BIENTRAITANCE

TRANSMETTRE

AUTONOMIE

SECURITE

OBSERVER

TOILETTE

HYDRATER

DIGNITE

ESCARRE

PUDEUR

PROJET

REPOS

Jeu 3 — Recherche les erreurs

Compare les deux soignantes : la 2^e a commis **plusieurs erreurs d'hygiène et de tenue**. Repère-les et note-les !

A • La bonne pratique



B • Repère les erreurs



NOTE TES RÉPONSES

Les erreurs d'hygiène repérées sur l'image B :



Ne te contente pas de vérifier : lis l'explication, c'est elle qui construit la bonne posture.

Bravo d'être allé·e jusqu'ici !

ABC Partie A — Vocabulaire

A.1 — 1→C · 2→A · 3→D · 4→B. **La clé** : on peut être très dépendant physiquement ET pleinement autonome dans ses décisions.

A.2 — **Observer** : recueillir, par les sens et l'échange, des infos objectives (ce que je constate) et subjectives (ce que la personne exprime), pour repérer tout **écart par rapport à l'habituel**. Observer ≠ juste voir.

A.3 — La bientraitance n'est PAS que l'absence de maltraitance : c'est une **attention active** au confort, à la dignité et aux choix, lisible dans chaque geste.

A.4 — Dignité · Autonomie · Sécurité · Projet de vie.

Partie B — Vrai / Faux

B.1 — **Faux**. Le régime relève de la prescription. L'AS signale les difficultés mais ne l'arrête pas.

B.2 — **Faux**. C'est une forme d'infantilisation si ce n'est pas souhaité. On vouvoie par défaut, avec respect.

B.3 — **Faux**. Autonomie (décider) ≠ dépendance (besoin d'aide). On peut être dépendant et autonome dans ses choix.

B.4 — **Faux**. Le social et le psychique font partie de l'observation et se transmettent : le changement est le signal le plus précieux.

B.5 — **Faux**. Rougeur qui ne blanchit pas = signe d'alerte cutané : on la signale **sans attendre**.

Partie C — QCM

C.1 → **b**. Frapper, fermer, couvrir, ne dénuder que la zone nécessaire, respecter la pudeur.

C.2 → **b**. On respecte ses décisions et on compense seulement ce qu'elle ne peut pas faire.

C.3 → c. Comprendre, proposer autrement, revenir plus tard, transmettre. On ne force pas.

C.4 → b. L'info médicale relève de l'IDE/du médecin. L'AS informe sur le quotidien et oriente (secret pro).

C.5 → b. Attention active au confort, à la dignité, aux choix — pas seulement l'absence de violence.

Partie D — À compléter

D.1 — tâche · personne · moyen · finalité.

D.2 — On transmet le FAIT, quantifié : « n'a mangé que 2 cuillères » · « rougeur sacrée ne blanchissant pas » · « tousse à chaque gorgée — suspicion de fausse route » · « repli inhabituel ». Jamais un diagnostic.

D.3 — 1. Observer · 2. Analyser · 3. Agir · 4. Adapter · 5. Transmettre.

D.4 — 2 signes parmi : bouche/langue sèche, pli cutané persistant, urines rares et foncées, somnolence/confusion nouvelle, baisse des boissons. Réflexe : quantifier (« a bu moins de 500 ml »).

Partie E — Cas concrets

E.1 — Respecter le refus (a froid) : réchauffer la pièce, couvrir, ne dénuder que la zone, proposer de finir plus tard ou par étapes. On ne force pas. On transmet le refus partiel + sa cause.

E.2 — Sécuriser, parler calmement, **ne pas forcer** ; chercher la cause de l'agitation (douleur, peur, besoin), proposer autrement, revenir plus tard. Transmettre.

E.3 — **Signe de fausse route !** Interrompre le repas, installer bien assise, adapter la texture si prescrit (eau gélifiée), surveiller, transmettre **sans attendre**.

Partie F — Étude de situation

F.1 — Observer : baisses appétit/mobilité + repli depuis 2 j ; rougeur talon ne blanchissant pas + douleur. **Analyser :** besoins (manger, bouger, lien, peau) ; fragilités (escarre, dénutrition, isolement) ; ressources (elle communique, participe). **Agir :** soulager l'appui du talon, respecter la douleur, stimuler alimentation/hydratation, favoriser le lien. **Adapter :** malgré le sous-effectif, la rougeur est **prioritaire**. **Transmettre :** à l'IDE sans attendre.

Réponse centrée personne + raisonnement + limites + transmission = excellente !

Partie H — Cas concrets (repères de correction)

H.1 — Respecter son autonomie et sa pudeur : la laisser faire ce qu'elle peut (visage, buste), l'aider seulement pour le dos, valoriser ses efforts, préserver l'intimité (couvrir, ne dénuder que la zone). Transmettre si une aide nouvelle apparaît ou si l'état cutané change.

H.2 — Repérer une baisse d'appétit durable (risque de dénutrition). Installer confortablement, respecter son rythme, stimuler sans forcer, proposer autrement (fractionner, préférences), surveiller l'hydratation. Transmettre : baisse d'appétit depuis 3 jours, quantités prises, refus — sans attendre.

Solutions des jeux

Jeu 1 — Mots croisés



Jeu 2 — Mots mêlés — les 12 mots à retrouver : BIENTRAITANCE, TRANSMETTRE, AUTONOMIE, SECURITE, OBSERVER, TOILETTE, HYDRATER, DIGNITE, ESCARRE, PUDEUR, PROJET, REPOS.

Jeu 3 — Cherche les erreurs (image B) — Les erreurs d'hygiène à repérer : le **masque est baissé** sous le menton (il doit couvrir nez ET bouche) · la soignante ne **porte pas de gants** (mains nues) · elle porte une **montre et un bracelet** au poignet (bijoux interdits, ils gênent l'hygiène des mains).

Prochain épisode : tu tiens le format ! Les modules 2 à 10 arrivent avec le même esprit fun — même parcours, mêmes couleurs, ton contenu ORACLE.

À MOI DE JOUER

Mes notes de révision

Note ici ce que tu veux retenir : les 3 idées clés du module, tes points à retravailler, tes astuces perso.

Area for taking revision notes, consisting of multiple horizontal dotted lines for writing.



Astuce de Chloé : relis tes notes 5 minutes avant chaque séance — c'est le meilleur moyen d'ancrer durablement.

★ ÉDITION 2026



MODULE 2 • BLOC 1

Repérer et prévenir les situations à risque

Anticiper le danger avant qu'il ne survienne : repérer, prévenir, alerter. Exercices, cas concrets et corrigés détaillés, à partir du guide de référence ORACLE (référentiel DEAS 2021).



Méthode ORACLE
en 5 temps



Exercices variés
et concrets



Corrigés
pas à pas



Prêt IFAS & VAE
référentiel 2021

Comment utiliser ce cahier

Ce cahier accompagne le **Module 2** de la formation ORACLE. Entraîne-toi **activement** sur ce qui tombe en IFAS et à la VAE : réponds **d'abord**, regarde le corrigé **ensuite**, puis relis le cours si tu hésites.

L'idée à ne JAMAIS oublier

L'aide-soignant est une **sentinelle**. Prévenir repose sur **3 temps** qui reviennent dans chaque situation :

1

REPÉRER

2

PRÉVENIR

3

ALERTER

Ton parcours dans le cahier

Étape	Ton défi
A · Vocabulaire	Les mots de la prévention (risque, escarre, fausse route...).
B · Vrai / Faux	Démasquer les fausses évidences sur les risques.
C · QCM	Choisir la bonne conduite de prévention et d'alerte.
D · À compléter	Ancrer la chaîne repérer → prévenir → alerter.
E · Cas concrets	Réagir à de vraies situations à risque.
F · Étude de situation	L'épreuve reine, avec la méthode en 5 temps.



Astuce de Chloé : pour chaque risque, demande-toi toujours les 3 questions — qu'est-ce que je **repère** ? que puis-je **prévenir** à mon niveau ? qui dois-je **alerter** ?

Vocabulaire — les mots de la prévention

A.1

RELIE LES PAIRES

Relie chaque mot à sa définition (écris la lettre dans la case).

N°	Mot		Définition
1	Situation à risque		A. Lésion de la peau due à une pression prolongée sur un point d'appui.
2	Prévention		B. Passage d'aliment ou de boisson dans les voies respiratoires.
3	Escarre		C. Circonstance qui augmente la probabilité d'un événement indésirable.
4	Fausse route		D. Ensemble des actions visant à éviter un risque ou à en limiter les conséquences.

A.2

DIS-LE AVEC TES MOTS

Qu'est-ce que l'identitovigilance et pourquoi est-ce essentiel ?

.....

.....

A.3

LES 2 FAMILLES

Cite un facteur de risque lié à la personne et un facteur lié à l'environnement pour une chute.

.....

.....

A.4

QUIZ ÉCLAIR

Quel est le premier signe d'une escarre qui débute ?

.....

Vrai ou Faux — chasse aux pièges

Coche, puis justifie en une phrase.

B.1 VRAI / FAUX

Une rougeur qui ne blanchit pas à la pression est le premier signe d'escarre.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.2 VRAI / FAUX

En cas de chute, l'AS peut relever seul la personne pour la rassurer.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.3 VRAI / FAUX

La maltraitance est toujours un acte violent et visible.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.4 VRAI / FAUX

L'hygiène des mains est le premier geste de prévention du risque infectieux.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

B.5 VRAI / FAUX

Faire manger une personne somnolente ou mal installée est sans danger si on va doucement.

☐ Vrai ☐ Faux

.....

QCM — la bonne conduite de prévention

C.1

QCM

Pour prévenir une chute, l'AS...

- ☐ a. Laisse la personne se débrouiller pour la stimuler.
- ☐ b. Sécurise l'environnement (sol sec, éclairage, freins, chaussage) et met la sonnette à portée.
- ☐ c. Attache la personne au fauteuil.
- ☐ d. Retire le déambulateur pour qu'elle marche seule.

C.2

QCM

Face à une fausse route pendant le repas, l'AS...

- ☐ a. Continue le repas plus lentement.
- ☐ b. Arrête immédiatement, sécurise, évalue la gêne respiratoire et donne l'alerte.
- ☐ c. Fait boire un grand verre d'eau.
- ☐ d. Attend que ça passe tout seul.

C.3

QCM

Pour prévenir l'escarre chez une personne alitée, l'AS...

- ☐ a. Change régulièrement la position et soulage les points d'appui.
- ☐ b. Laisse la personne dans la même position pour ne pas la déranger.
- ☐ c. Masse énergiquement les rougeurs.
- ☐ d. Attend l'apparition d'une plaie pour agir.

C.4

QCM

Face à des signes évoquant une maltraitance, l'AS...

- ☐ a. Garde l'info pour lui pour éviter les ennuis.
- ☐ b. Signale les faits de façon factuelle à l'IDE/cadre, selon la procédure.
- ☐ c. Accuse directement un collègue devant l'équipe.
- ☐ d. En parle à la famille d'abord.

Avant de servir un repas à texture adaptée, l'AS...

- ☐ a. Sert au plus proche sans vérifier.
- ☐ b. Vérifie l'identité de la personne (identitovigilance) et la prescription.
- ☐ c. Demande à un autre résident.
- ☐ d. Se fie à l'habitude.

À compléter — muscle tes réflexes

D.1

TEXTE À TROUS

« Prévenir repose sur trois temps : _____ le risque, _____ à son niveau, et _____ au bon moment. »

D.2

REPÉRER / ALERTER

Pour chaque risque, écris un signe à repérer et ce que l'AS transmet.

Risque	Signe à repérer	Ce que l'AS transmet
Chute		
Escarre		
Déshydratation		
Fausse route		

D.3

REMETS DANS L'ORDRE

Numérote de 1 à 3 la chaîne de prévention.

- ☐ ☐ Alerter (transmettre / donner l'alerte)
- ☐ ☐ Repérer (identifier le risque et les signes)
- ☐ ☐ Prévenir (agir dans son champ)

D.4

DÉFI MÉMOIRE

Cite 3 façons de sécuriser l'environnement pour prévenir les chutes.

.....

.....

Cas concrets — comme sur le terrain

Pour chaque cas : que repères-tu, que préviens-tu à ton niveau, qui alertes-tu ?

E.1

SITUATION

M. B. vient de se lever après un nouveau traitement ; il est instable et veut aller seul aux toilettes.

E.2

SITUATION

À la toilette, tu observes une rougeur au talon qui ne blanchit pas chez une personne alitée.

E.3

SITUATION

Mme R. mange de moins en moins depuis plusieurs jours et paraît fatiguée, lèvres sèches.

Étude de situation — l'épreuve reine

- 1 **Observer** — la personne et son environnement (signes d'alerte, facteurs de risque).
- 2 **Analyser** — quels risques ? liés à la personne, à l'environnement ?
- 3 **Agir / Prévenir** — dans son champ : sécuriser, installer, surveiller.
- 4 **Alerter / Adapter** — donner l'alerte au bon moment, sans dépasser son rôle.
- 5 **Transmettre** — le risque repéré et l'action menée, clairement.

F.1 À TOI DE JOUER

M. T., 82 ans, désorienté, a déjà chuté le mois dernier. Ce matin : sol mouillé près de son lit, chaussons usés, sonnette hors de portée, et il veut se lever seul. Le service est chargé.

1 • OBSERVER

2 • ANALYSER

3 • PRÉVENIR

4 • ALERTE

5 • TRANSMETTRE

Le piège : voir un seul risque. Ici il y en a plusieurs (chute, environnement, désorientation).
Montre la chaîne **repérer** → **prévenir** → **alerter** pour chacun, dans le champ de l'AS.

Une page pour tout revoir avant l'oral ou l'évaluation.

La chaîne de la prévention

L'AS est une sentinelle. Face à chaque risque, applique 3 temps :

Repérer

Prévenir

Alerter

Les grands risques à connaître

Risque	Signe à repérer	Prévention (champ AS)
Chute	Instabilité, antécédent, troubles de l'équilibre.	Sol sec, éclairage, freins, chaussage, sonnette à portée.
Escarre	Rougeur qui ne blanchit pas à la pression.	Changer de position, soulager les appuis, peau propre et sèche.
Dénutrition / déshydratation	Baisse d'appétit, perte de poids, lèvres sèches, confusion.	Proposer à boire, stimuler sans forcer, surveiller les quantités.
Fausse route	Toux à la déglutition, troubles de la déglutition.	Installer assis, adapter la texture, rester attentif, alerter.
Infection	Fièvre, rougeur, écoulement.	Hygiène des mains, précautions standard, matériel propre.



Astuce de Chloé : l'AS ne diagnostique pas et ne traite pas — il est le **1er maillon de la sécurité** : il voit, prévient et fait remonter.

Cas concrets — à toi de raisonner

Pour chaque cas : que repères-tu, que prévois-tu à ton niveau, qui alertes-tu ?

H.1

SITUATION

La nuit, Mme D. (désorientée, déjà tombée) veut aller seule aux toilettes ; le sol vient d'être lavé et ses chaussons sont usés.

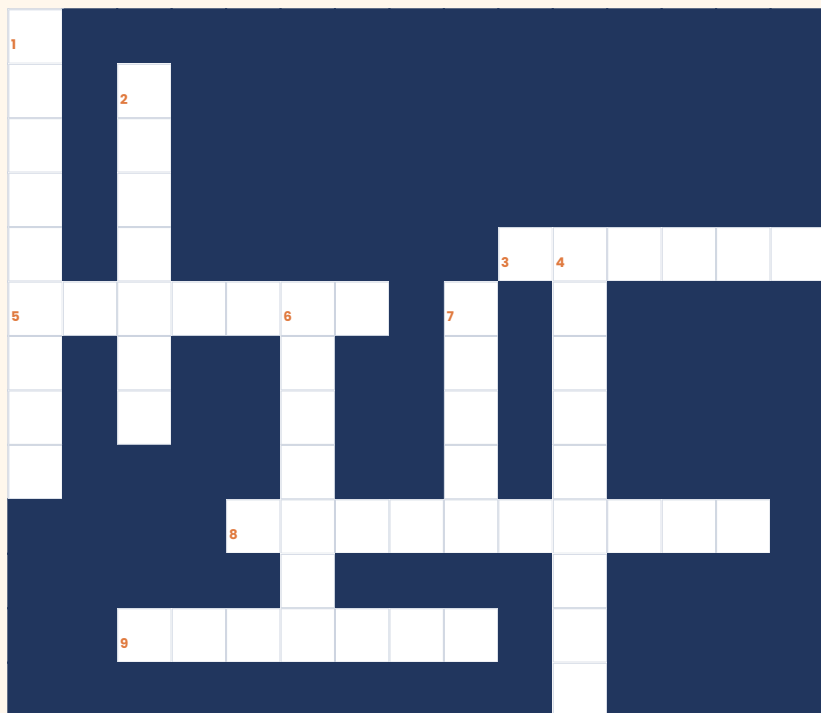
H.2

SITUATION

À la toilette d'un résident alité, tu découvres une nouvelle rougeur au sacrum qui ne blanchit pas à la pression.

Jeu 1 — Mots croisés

Complète la grille avec le vocabulaire de la prévention.



HORIZONTAL

- 3. Circonstance qui augmente la probabilité d'un événement indésirable.
- 5. Donner l'information / l'alerte au bon moment.
- 8. Éviter la survenue d'un risque ou en limiter les conséquences.
- 9. Identifier le risque et ses signes annonciateurs.

VERTICAL

- 1. Identito ___ : vérifier la bonne personne avant un soin.
- 2. ___ des mains = 1re barrière contre l'infection.
- 4. Se prévient d'abord par l'hygiène des mains.
- 6. Lésion due à une pression prolongée (rougeur qui ne blanchit pas).
- 7. 1re cause d'accident chez la personne âgée.



Astuce de Chloé : commence par les mots dont tu es sûr-e !

Jeu 2 — Mots mêlés

Retrouve et entoure les 12 mots cachés (dans tous les sens).

K	R	O	O	A	W	A	M	K	Q	T	J	Q	C	D	E
Z	H	D	C	I	L	D	I	B	Y	F	I	Y	E	N	C
V	I	M	E	R	Q	E	S	P	W	K	C	I	R	B	N
Z	W	F	N	C	I	S	R	A	U	C	Z	V	E	I	A
C	T	H	C	I	D	H	O	T	A	K	R	I	R	R	T
N	I	T	E	D	E	Y	B	Q	E	W	I	G	E	H	I
D	F	I	B	E	S	D	F	G	H	R	S	I	P	P	A
J	U	J	I	N	C	R	Q	Y	Y	G	Q	L	E	R	R
J	O	Q	N	U	A	A	V	F	G	I	U	A	R	E	T
L	Z	A	F	T	R	T	I	B	I	A	E	N	A	V	L
X	Q	R	E	R	R	A	G	Q	E	P	H	C	O	E	A
C	D	V	C	I	E	T	U	N	N	V	P	E	R	N	M
H	M	Q	T	T	J	I	W	G	E	H	K	G	W	T	X
U	U	E	I	I	M	O	L	B	E	A	C	U	X	I	I
T	N	F	O	O	B	N	C	V	M	Q	V	J	T	O	H
E	W	J	N	N	B	O	F	F	I	O	A	I	L	N	K

DESHYDRATATION

MALTRAITANCE

DENUTRITION

PREVENTION

INFECTION

VIGILANCE

ESCARRE

ALERTER

REPERER

HYGIENE

RISQUE

CHUTE

Lis l'explication, c'est elle qui construit le bon réflexe.

Bravo d'aller jusqu'au bout !

Partie A — Vocabulaire

A.1 — 1→C · 2→D · 3→A · 4→B.

A.2 — **Identitovigilance** : vérifier qu'on s'adresse à la **bonne personne** avant un soin ou un repas adapté (régime, texture). Évite les erreurs (mauvais régime, mauvais soin).

A.3 — Personne : âge, troubles de l'équilibre, dénutrition, désorientation, médicaments... · Environnement : sol glissant, mauvais éclairage, obstacles, chaussage inadapté, lit trop haut.

A.4 — Une **rougeur qui ne blanchit pas** à la pression (à signaler sans attendre).

Partie B — Vrai / Faux

B.1 — **Vrai**. C'est le signe d'alerte à repérer et transmettre sans attendre.

B.2 — **Faux**. On ne relève pas seul sans avis : on protège, on évalue et on **alerte l'IDE**.

B.3 — **Faux**. La maltraitance est souvent « ordinaire » : négligence, précipitation, infantilisation, non-respect de l'intimité.

B.4 — **Vrai**. L'hygiène des mains avant/après chaque soin est la 1^{re} barrière contre l'infection.

B.5 — **Faux**. C'est un facteur majeur de **fausse route** : on n'installe jamais mal ou somnolent.

Partie C — QCM

C.1 → **b**. Sécuriser l'environnement et mettre l'utile à portée. (a/c/d = dangereux ou maltraitant.)

C.2 → **b**. Arrêter, sécuriser, évaluer la gêne respiratoire, alerter sans délai.

C.3 → **a**. Changer la position et soulager les appuis ; on ne masse pas une rougeur, on ne l'attend pas.

C.4 → b. Signalement factuel à l'IDE/cadre selon la procédure (obligation professionnelle).

C.5 → b. Identitovigilance : vérifier la personne et la prescription.

Partie D — À compléter

D.1 — repérer · prévenir · alerter.

D.2 — Ex. Chute : instabilité → « instabilité nouvelle / antécédent de chute ». Escarre : rougeur ne blanchissant pas → la signaler. Déshydratation : lèvres sèches, urines rares, confusion → « a bu < 500 ml ». Fausse route : toux à la déglutition → « difficulté à déglutir, suspicion de fausse route ».

D.3 — 1. Repérer · 2. Prévenir · 3. Alerter.

D.4 — 3 parmi : sol sec, bon éclairage, obstacles dégagés, freins du fauteuil, chaussage adapté, sonnette et utiles à portée, lit à bonne hauteur.

Partie E — Cas concrets

E.1 — **Repérer** : instabilité post-lever + traitement. **Prévenir** : ne pas le laisser seul debout, sécuriser, l'accompagner, sonnette à portée. **Alerter** : signaler l'instabilité nouvelle à l'IDE.

E.2 — **Repérer** : rougeur talon ne blanchissant pas = escarre débutante. **Prévenir** : soulager l'appui, changer de position, peau propre et sèche. **Alerter** : transmettre sans attendre.

E.3 — **Repérer** : baisse d'alimentation + lèvres sèches = dénutrition/déshydratation. **Prévenir** : proposer à boire régulièrement, stimuler sans forcer, installer. **Alerter** : transmettre la baisse durable et les signes.

Partie F — Étude de situation

F.1 — **Observer** : désorientation, antécédent de chute, sol mouillé, chaussons usés, sonnette hors de portée, envie de se lever seul. **Analyser** : risque de chute élevé (personne + environnement). **Prévenir** : essuyer le sol, chaussage adapté, sonnette à portée, ne pas le laisser se lever seul, l'accompagner. **Alerter** : signaler le risque et l'antécédent à l'IDE ; ne pas dépasser son rôle. **Transmettre** : risques repérés + actions menées.

Chaîne repérer → prévenir → alerter pour chaque risque = excellente réponse !

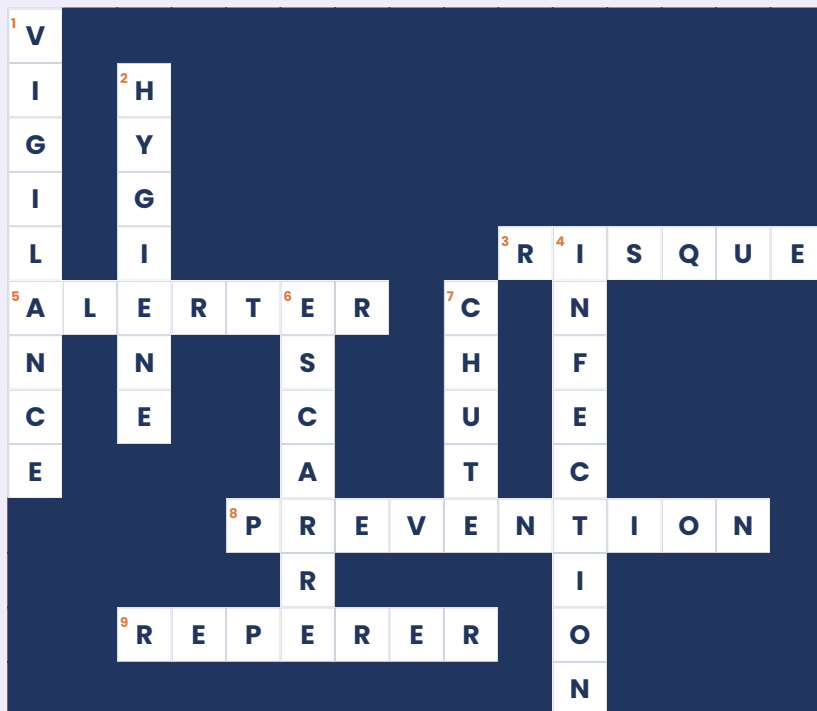
Partie H — Cas concrets (repères de correction)

H.1 — Repérer : chute très probable (désorientée, antécédent, sol mouillé, chaussons usés). **Prévenir** : ne pas la laisser y aller seule, essuyer le sol, chaussage adapté, l'accompagner, sonnette à portée. **Alerte** : signaler le risque et l'antécédent à l'IDE.

H.2 — Repérer : rougeur sacrée ne blanchissant pas = escarre débutante. **Prévenir** : soulager l'appui, changer de position, peau propre et sèche, veiller à l'hydratation. **Alerte** : transmettre sans attendre.

Solutions des jeux

Jeu 1 — Mots croisés



Jeu 2 — Mots mêlés — les 12 mots : DESHYDRATATION, MALTRAITANCE, DENUTRITION, PREVENTION, INFECTION, VIGILANCE, ESCARRE, ALERTER, REPERER, HYGIENE, RISQUE, CHUTE.



Prochain module : le Module 3 — Évaluer l'état clinique d'une personne. Même esprit, mêmes couleurs.

À MOI DE JOUER

Mes notes de révision

Note les 3 idées clés du module et tes points à retravailler.