
AUTONOMIE & EMPOWERMENT des MARINS en SANTE et en SOINS COURANTS

Savoir gérer les situations médicales non urgentes en isolement

Véronique LAMY-BOUQUIN

Formatrice, Infirmière en pratique avancée, Navigatrice

OLAKINO
PRÉVENTION

WWW.OLAKINO-PREVENTION.COM

Introduction et contexte

Titre de la formation : "Autonomie et empowerment des marins en santé et en soins courants : savoir gérer les situations médicales en isolement"

Objectif général : Permettre aux marins de développer une autonomie dans la gestion de leur santé, en s'équipant de connaissances et compétences pour gérer les problèmes courants de santé.

Objectif de bien commun : Réduction des appels aux secours en mer, diminution des incidents de santé mal gérés, augmentation de l'autonomie des marins.

Public cible : Marins solitaires ou en équipages, navigateurs au large, couples ou familles avec enfants vivant à bord.

Contexte : Les marins sont souvent isolés et éloignés des structures de soins, ce qui rend essentiel leur capacité à évaluer et gérer les situations médicales courantes de manière autonome.



Sensibiliser aux enjeux de la santé, aux risques spécifiques liés à la navigation et à d'isolement en mer.



Rendre autonomes les voyageurs formés à la prise en charge de leur santé courante.



Connaître les bases de la prévention qui permet de réduire les problèmes de santé.



Être capable d'évaluer l'urgence d'une situation médicale et de décider des actions immédiates (soins, appel aux secours).



Développer des compétences pratiques pour gérer les problèmes de santé courants en mer.



Savoir utiliser la pharmacie de bord et connaître les indications et précautions d'usage des médicaments.



Acquérir des clés pour promouvoir le bien-être physique et mental de l'ensemble de l'équipage

Objectifs pédagogiques

Méthodes pédagogiques



Cours théoriques interactifs : Présentation théorique, réflexions de groupe avec une pédagogie active basée sur l'échange, l'analyse de pratiques et des mises en situation.



Supports visuels : Fiches pratiques, quiz, photos & vidéos.



Ateliers pratique : Pharmacie de bord, briefing santé et prévention, atelier nutritionnel, atelier gestion du stress et relaxation



Supports en ligne : Accès à des ressources supplémentaires, des quiz pour réviser les acquis, exemples d'applications numériques utiles.



Mes valeurs : Bienveillance, bonne humeur, rigueur, respect du niveau de connaissance de chacun & respect de langage adapté au public formé.

Contenu de la formation « clé en main »



CHEF DE BORD

RESPONSABILITÉ DE LA SANTÉ DE L'ÉQUIPAGE.



PRÉPARATION AU VOYAGE

ÉVALUATION MÉDICALE, PRÉVENTION. SANTÉ DES FEMMES MARINS. GESTION DE MALADIE CHRONIQUE OU D'UN HANDICAP.



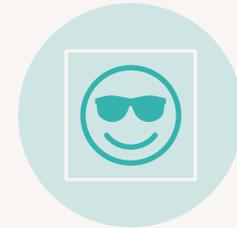
PRÉVENTION À BORD AU QUOTIDIEN

LES BONS RÉFLEXES À BORD POUR LA SANTÉ GLOBALE DE CHACUN.



SOINS

GESTES APPROPRIÉS AUX DIFFÉRENTES SITUATIONS, UTILISATION DE LA PHARMACIE DE BORD.



SANTÉ MENTALE ET LE BIEN-ÊTRE

EN SITUATION D'ISOLEMENT, EN MER, EN ÉQUIPAGE.

Planification et durée

- **Durée** : Formation de 2 jours (sessions alliant théorie, réflexions de groupe et ateliers pratiques).
- **Séquence** :
 - ✓ Jour 1 : Modules « Responsabilités du chef de bord, préparation et prévention, santé des femmes, maladies chroniques & handicap ».
 - ✓ Jour 2 : Modules « Soins, pharmacie de bord, santé mentale et bien-être à bord ».



Evaluation des apprentissages

Avant la formation :
Evaluation des attentes des participants.

Pendant la formation :
Quiz après chaque module pour vérifier les acquisitions progressives.

Après la formation : Test final centré principalement sur la prévention et évaluation du niveau de satisfaction des participants.

Support et suivi post-formation



Support en ligne : Accès à une plateforme de ressources (quiz pour tester ses connaissances, fiches protocolaires, forum de questions).



Ateliers de mise à jour : Séances tous les 5 ans pour actualiser les connaissances et pratiques.



Si vous êtes intéressé,
n'hésitez pas à me
contacter

VÉRONIQUE LAMY-BOUQUIN



olakinoprevention@gmail.com



+33 6 67 38 84 51

OLAKINO
PRÉVENTION