

FORMATION "Activités physiques & seniors : maintien de l'autonomie et prévention des chutes"

A qui s'adresse cette formation ?

- Titulaires d'un diplôme fédéral permettant l'encadrement bénévole ou d'un diplôme inscrit au RNCP permettant l'encadrement contre rémunération. Une priorité sera donnée aux personnes ayant suivi une formation sport-santé ou étant identifiée par une maison sport-santé.
- Maximum : 12 participants ou participantes.
- **Pré-requis** : diplôme fédéral permettant l'encadrement bénévole en autonomie ou diplôme inscrit au RNCP permettant l'encadrement contre rémunération.

Durée et dates/lieu de formation :

- Durée : 2 jours, soit 14 heures
- Pas de session prévue en 2025

Inscription :

- Pas d'inscription actuellement

Délai d'accès à la formation :

- Vous pouvez vous inscrire jusqu'à 1 semaine avant le début de la formation en fonction du nombre d'inscrits.

Compétences visées :

- Mettre en œuvre un programme d'activités physiques sécurisé et adapté aux capacités des seniors visant à maintenir leur autonomie et à prévenir les risques de chutes.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les caractéristiques très générales des pathologies liées au vieillissement.
- Prendre en compte les caractéristiques de l'état de santé dans la mise en place et l'animation d'activités physiques adaptée.
- Animer une séance d'activité physique à destination des seniors.
- Agir en cas de chutes lors d'une activité physique.

Contenus/référentiel de formation :

- [Référentiel de formation](#)

Pédagogie et évaluation :

- La formation alternera des temps théoriques avec des temps de travail individuel ou collectif et des mises en situation.
- Les connaissances seront évaluées au cours de la formation. Les participants.es seront mis en situation d'encadrement avec du public. Ce temps servira à vérifier que les connaissances sur les pathologies et

les adaptations à opérer ont bien été comprises.

Intervenants.es :

- Médecin/gériatre/cadre de santé.
- Educateurs.rices sportifs.ves APA

Supports pédagogiques :

- Les supports pédagogiques seront remis à l'issue de la formation par mail.

Prix :

- Gratuit car financé par les fonds conventionnels de la branche sport dans le cadre d'une action collective ou par nos partenaires institutionnels.
- Les frais annexes (restauration, hébergement, transport...) sont à la charge du ou de la participant.e ou de sa structure.
- [Conditions générales de vente](#)

Accessibilité :

Pour toute question liée à l'accessibilité de la formation aux personnes handicapées : contactez la référente handicap de l'organisme de formation (Marie-Anne TOURAULT, formation.cvl@franceolympique.com ou 06.09.21.54.29) afin de définir vos besoins d'aménagement et d'adaptation de la formation.

Contacts :

- CROS Centre-Val-de-Loire, pôle formation
- Organisme de formation n°24 45 02853 45 enregistré auprès du préfet du Centre-Val de Loire
- N° SIRET : 327 386 272 00 63 / APE : 9312 Z
- Sébastien NOURRY, chargé de mission sport-santé au CROS CVL. Email : SebastienNourry@franceolympique.com ou 06.12.74.94.13
- Marie-Anne TOURAULT, responsable formation au CROS CVL, référente handicap de l'OF : Email : formation.cvl@franceolympique.com ou 06.09.21.54.29

Résultats de la session précédente 2023 :

- 7 participants sur 8 estiment la pertinence des contenus de la formation comme satisfaisant ou très satisfaisant.
- Les points forts évoqués par les participants : la qualité des interventions, l'apport théorique et la pratique de la formation.
- 100% des participants ayant répondu au questionnaire de satisfaction ont réalisé entièrement la formation (0 abandons).