

## POUR QUI ?

Toute personne intéressée par la thématique (salarié, bénévole, dirigeant)

## PRÉREQUIS

Avoir obtenu un diplôme d'éducateur sportif (CQP, diplôme fédéral, BPJEPS...)

## EFFECTIF

De 6 à 15 personnes

*Le CROS Île-de-France se réserve le droit d'annuler la session si le nombre de participants est insuffisant.*

90€\* TTC

Vendredi 19 novembre 2021

9h00 – 17h00 (7 heures)

Mixte (Présentiel – Visioconférence)

1, rue des Carrières 94250 Gentilly  
*Logiciel / Application Zoom*

\* Ce prix s'adresse uniquement aux bénévoles et aux salariés ne bénéficiant pas de prise en charge

## OBJECTIFS

- Proposer des activités physiques adaptés à un public présentant une maladie cardiovasculaire.
- Construire un programme adapté de retour à la pratique et/ou 1<sup>ère</sup> mise en pratique.
- Animer des séances ludiques, motivantes, pertinentes répondant aux besoins de santé et bien-être de ces personnes.

## INTERVENANTE

**Aurélie Vavelin** : Enseignante en activité physique adaptée à la santé à l'hôpital Corentin Celton APHP. Membre de la SFP APA (Société française des professionnels en activité physique adaptée)

## PROGRAMME

### I Les maladies cardiovasculaires

- Définition
- Types de maladies

### II Evaluation de la personne

- L'accueil : l'entretien, pourquoi ?
- Les tests physiques, leurs buts

### III Bénéfices et limites de la pratique

- Les précautions à prendre
- Quelle dose ? Les recommandations

### IV Types de pratiques en fonction de la pathologie

- Quelles pratiques ?
- Pour quels bénéfices ?

## METHODES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION

Diaporama, études de cas, ateliers pratiques.  
Évaluation : quizz, mise en situation

[Accès au CROS Île-de-France](#)

Clôture des inscriptions 7 jours avant le début de la formation.

## CONTACT ET RENSEIGNEMENTS :

### Référent handicap

Laurence Mercier

[laurence.mercier@crosif.fr](mailto:laurence.mercier@crosif.fr)

01 49 85 84 93

Le CROS Île-de-France est un organisme de formation enregistré à la DIRECCTE sous le numéro : 11940857994

\*\* Pour les salariés : prise en charge par un OPCO possible.  
Plus d'info : [www.crosif.fr/prise-en-charge-par-un-opco/](http://www.crosif.fr/prise-en-charge-par-un-opco/)

**S'inscrire**

Mise à jour le 26 juillet 2021