

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

1. Proposer des activités physiques adaptés à un public présentant une maladie cardiovasculaire.
2. Construire un programme adapté de retour à la pratique et/ou 1^{ère} mise en pratique.
3. 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



01 49 85 84 93

