

Formation Professionnelle Continue

P.I.E.D (Programme Intégré d'Equilibre Dynamique)

30 juin 2019



Formatrice : Nathalie HUGUENOT, ATR et Formatrice

Lieu : St Just St Rambert (42)

Effectifs : minimum 6 à maximum 12 stagiaires

Durée : 7 heures

Public : animateur diplômé en activité physique possédant une licence cadre technique SPT en cours de validité.

OBJECTIFS

PIED : le programme idéal pour les seniors

- Amélioration de l'équilibre et de la force des jambes
- Aide à l'aménagement du domicile et à la diminution des risques de chute
- Amélioration du sentiment d'efficacité personnelle (confiance) à l'égard des chutes
- Aide au maintien d'une bonne santé des os (densité osseuse)
- Maintien d'une pratique régulière d'activités physiques

Ce programme s'inscrit dans la catégorie des programmes multifactoriels reconnus et préconisés par l'INPES (Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé) pour la prévention des chutes chez les personnes âgées à domicile..

L'ambition : accompagner les personnes en perte d'autonomie vers une pratique pérenne !

COUTS

Licencié SPT : 100 €

Financement OPCO : 200 € (possibilité de prise en charge par votre OPCO l'AFDAS)

Le repas du midi sera tiré du sac.

Comité Régional Sports Pour Tous Auvergne Rhône-Alpes
CROS ARA 16 place Jean Jacques Rousseau
38307 Bourgoin-Jailleu
Stéphanie MILOT, secrétaire
Tél : 04 74 19 16 14
secretariat.auvergnerrhonealpes@sportspourtous.org

Date limite d'inscription

4 juin 2019